Virtud, Psicología y Salud Mental:

El aporte de la concepción cristiana de las virtudes a la psicología

Martín F. Echavarría
Fernando de los Bueis
(editores)



Virtud, Psicología y Salud Mental:
El aporte de la concepción cristiana de las virtudes a la psicología

Virtud, Psicología y Salud Mental: El aporte de la concepción cristiana de las virtudes a la psicología

Martín F. Echavarría
Fernando de los Bueis
(editores)



Este libro ha sido sometido a evaluación por parte de nuestro Consejo Editorial
Para mayor información, véase *www.dykinson.com/quienes_somos*

Editorial DYKINSON, S.L.
Meléndez Valdés, 61 - 28015 Madrid
Teléfono (+34) 915442846 - (+34) 915442869
e-mail: info@dykinson.com
http://www.dykinson.es
http://www.dykinson.com

ISBN: 978-84-1122-935-7
Depósito Legal: M-4725-2023

ISBN electrónico: 978-84-1170-091-7

Preimpresión:
New Garamond Diseño y Maquetación, S.L.

ÍNDICE

PARTE III. APORTES TEÓRICOS DESDE LAS DISTINTAS VIRTUDES

PARTE IV. VIRTUDES, PSICOLOGÍA Y EDUCACIÓN

INTRODUCCIÓN

Martín F. Echavarría

El enfoque de este libro es el de una interdisciplinariedad no puramente horizontal y homóloga, sino jerárquica y analógica, en el que todo el saber, por mediación de “una filosofía de alcance auténticamente metafísico (Juan Pablo II, Fides et Ratio, 83), se integra en una visión teológica del ser humano y de su plenitud. Reunimos, por ello, aportes desde la psicología, la psiquiatría, la filosofía y la teología, muy diversos, pero con la intención de una convergencia de fondo hecha desde un enfoque sapiencial. Nuestra intención es resaltar los aportes de la visión cristiana de la plenitud del hombre por el desarrollo de las virtudes, a la psicología teórica y práctica. Después de un siglo y medio de la nueva psicología, que muchas veces se presentó a sí misma, con ingenuidad y arrogancia, como no-dependiente de las concepciones anteriores del hombre, especialmente las de corte metafísico y religioso, se ha hecho patente que no se puede desarrollar una concepción de la plenitud humana sin el recurso a una manera de afrontar la teoría que no es el mero resultado de la metodología de la ciencia moderna. Esta es esencialmente fragmentaria e incapaz de decir por sí sola una palabra sobre lo que el hombre es y debe ser. Es necesario el recurso a la filosofía y, agregamos nosotros, también a la teología. Lamentablemente, con frecuencia, las filosofías, conscientes o inconscientes que los teóricos de la psicología elaboran no son armonizables con la verdad sobre el hombre que nos enseñan la fe y una sana filosofía. Este libro quiere ser un aporte hacia el desarrollo de una psicología más humana y realista, porque se enraíza en lo más real y profundo del ser humano, en su carácter de persona llamada a la relación trascendente con Dios. Estamos convencidos que en la tradición del pensamiento cristiano sobre el alma y sobre el hombre se encuentran verdaderos tesoros que pueden estimular el desarrollo de esa psicología más profunda. Se notará que una referencia central de este libro es santo Tomás de Aquino, aunque sin olvidar otros aportes, como los de los Padres de la Iglesia, los de san Juan de la Cruz, y los de otros autores más recientes.

La obra se divide en seis partes. Las tres primeras partes son las más teóricas. En la Parte I hay cuatro capítulos dedicados a la relación entre Psicología y Antropología cristiana. Se hace referencia a autores cristianos clásicos, como santo Tomás de Aquino y san Juan de la Cruz, y a autores y movimientos recientes de la psicología, como Magda Arnold, una psicóloga experimental fuertemente influida por la antropología tomista, y la psicología positiva, que recupera para la psicología el tema clásico de las virtudes. La parte II se dedica a la clarificación teorética de los conceptos de virtud, salud mental y madurez, a la luz de los Padres de la Iglesia, de santo Tomás de Aquino y de autores recientes como el P. Mendizábal. La parte III se centra en virtudes particulares, como la humildad, la fortaleza, el perdón y la castidad, en relación con temas de la psicología y con autores recientes de la filosofía y la psicología, como Enright y Girard. Las partes IV, V y VI, se centran en la aplicación de los principios estudiados en las partes anteriores, a algunas áreas particulares de la psicología. En la parte IV se trata de la aplicación al área de la psicología de la educación. En la Parte V se presentan estudios sobre las virtudes en relación con la salud y el bienestar psicológico. En la Parte VI se hace una aplicación a temas de psicopatología (como el trauma y los trastornos de la personalidad) y la psicoterapia.

Queremos agradecer, primeramente, al CEU por la financiación de este libro. El presente libro es el resultado del proyecto de investigación "Virtud, psicología y salud mental: el aporte de la concepción cristiana de las virtudes a la psicología", financiado por el Grupo CEU en su convocatoria de Proyectos identitarios. En el marco de este proyecto se han llevado a cabo seminarios y un Congreso Internacional realizado en la Universitat Abat Oliba, en Barcelona, el 10 y 11 de diciembre de 2021. Agradecemos también a todos los miembros del equipo de investigación, por su colaboración en la organización de los seminarios, del congreso, y de la redacción de este libro.

PARTE I:
PSICOLOGÍA Y ANTROPOLOGÍA CRISTIANA

CAPÍTULO 1
ESSE ET ESSENTIA DEL ALMA HUMANA

Patricia Martínez Peroni
patmar.fhm@ceu.es
Profesora Asociada Universidad San Pablo CEU

1. INTRODUCCIÓN

Nuestro interés por el tema metafísico es doble, por un lado, encarnado en el tomismo, el cual no sólo es una realidad histórica a nivel doctrinal y una síntesis trascendente de calado universal más allá de los siglos; sino por otra parte como expresa Maritain, por su valor en cuanto la verdad no admite cronología y alumbra cualquier intelecto que ansíe plenitud y profundidad.

El pensamiento tomista, por ende, está orientado a la *realidad del ser* en su máxima singularidad, vislumbrando la entidad o realidad con sus propiedades trascendentales de unidad, verdad y bien, las cuales por analogía observamos como atributos de los entes singulares, y en concreto en el ser humano, de ahí su explicación primera y última a nivel antropológico que debe fundamentar la psicología como ciencia aplicada hoy.

"Hay que decir que persona significa lo que es perfectísimo en toda la naturaleza, a saber, lo subsistente en la naturaleza racional"[1]. Es decir, la persona es ante todo subsistencia incomunicable, de naturaleza trascendente por su inmaterialidad espiritual. "Es de la máxima dignidad subsistir en la naturaleza racional. Por esto, todo individuo de naturaleza racional se dice persona"[2].

---

1 TOMÁS DE AQUINO. S.Th. I, q.29.a.3.
2 TOMÁS DE AQUINO. S.Th. I, q.29, ad.2.

La dimensión del espíritu humano en la vida de cada uno como ente racional, nos muestra la singular existencia del alma o *mens* expresando y manifestando no sólo a nivel fenomenológico una esencia específica, sino además vislumbrando un fundamento ontológico en la *memoria de sí o autopresencia,* que unida a la dúplex *cognitio* explican la operatividad de las facultades o potencias, cuyo suppositum es el *esse participado*.

Esta visión antropológica no implica un intelectualismo desarraigado de la afectividad, muy por el contrario, el ente racional no sólo conoce, sino que, por su apetito racional, la voluntad, tiene una tendencia que le capacita para amar y ser amado, por su propia dignidad.

Por ello, del análisis de la estructura psicológica remontaremos a la estructura ontológica del ente personal, aquella por la que el hombre tiene ser, vida, vivencias, y como *homo viator,* una teleología connatural al *status virtutis* o vida perfecta.

En síntesis, la estructura metafísica de la persona, como ser recibido por participación en un suppositum, cuyo actus essendi actualiza el esse et essentia en su entidad fundante, (principios constitutivos de dicho individuo subsistente en naturaleza racional), plasmando un compuesto constituido por "una forma no inmersa en la materia, un alma espiritual que da racionalidad, autoconciencia y libertad a la persona humana"[3]; hace que el ente personal tienda hacia la máxima dignidad ontológica.

De ahí, la trascendencia metafísica de la persona, la cual estudia parcialmente como objeto formal propio, la Psicología y la Psicoterapia, en pos de la salud mental.

Nuestro aporte, sucinto y aproximativo, buscará diferenciar *persona y personalidad,* identificación muy frecuente en el vaciamiento metafísico de la psicología actual.

Persona como ente sustancial y personalidad como manifestación unitiva y de modo accidental propio. La persona es lo permanente y, la personalidad que manifiesta cada individuo humano es lo cambiante, según la etapa evolutiva del desarrollo que atraviese (infancia, adolescencia, juventud, madurez y ancianidad), con su consiguiente grado de perfeccionamiento.

La personalidad alude a la naturaleza operativa de las facultades en su desarrollo psicosomático, expresando aquella impronta psicobiológica temperamental y la llamada segunda naturaleza que constituyen los hábitos del carácter. Como naturaleza que busca una plenitud dinámica exigida por su propia esencia, refiere en su actualización a su ser propio como ente inteligible. He ahí por qué los clásicos hacían de *la paideia y la areté* un estilo de vida virtuosa a través de la educación del hombre, pues eran conscientes de conducir al ciudadano al logro de la felicidad como fin de su excelencia humana.

---

3 CANALS VIDAL, F. Revista Verbo. Número 395-396: Serie XL. Madrid, 2001.

Advertimos que, en el desarrollo de la presente comunicación, afirmaremos categóricamente doctrinas ampliamente desarrolladas por investigadores tomistas, los cuales referenciaremos en la bibliografía general, y por esto no explicaremos el porqué de estos enunciados a nivel argumentativo.

Este es el reto al que se enfrenta la psicología actual, viciada de actualismos y vacía de contenidos sustantivos a nivel epistemológico, de lo contrario, será subsumida por las neurociencias cuyo empuje técnico, postulan como paradigma la sustitución de la mente por el cerebro, y la aniquilación del alma como entidad inmaterial.

Es el imperativo que lanzaba el Dr. Javier Barraca en unas jornadas sobre la "Vocación y formación del psicólogo clínico" realizadas en la USP CEU, exhortándonos con esta frase *"Dime cómo es tu metafísica o filosofía primera, y te diré nuevamente cómo son tu psicología y tu clínica"*[4].

2. LA VIDA, EL VIVIENTE, LA VIVENCIA Y LA AUTOCONCIENCIA

2.1. Fenomenología de los actos psíquicos del alma

Comenta Abelardo Lobato que "Tomás de Aquino, más atento a lo real, no propone rupturas entre los diversos niveles de lo real. El hombre es también un cuerpo entre los cuerpos y un viviente entre los vivientes, aunque no sea reducible a ninguno de ellos [...] El hombre es en verdad un microcosmos"[5].

Este microcosmos encierra un misterio a la simple observación, el cual se muestra por un lado como un ser corpóreo, cuyas bases biológicas expresan la vida desde su momento inicial, como así también por otra parte, sus vivencias psíquicas y espirituales más trascendentes a su propia realidad. El hombre se manifiesta como un todo sustantivo.

La corporeidad no sólo nos relaciona en una comunidad de individuos, sino a su vez, nos comunica con nosotros mismos en nuestra propia intimidad, lo cual nos habla de un cuerpo unido en *asunción eminente* con el alma trascendente, como principio vital del viviente humano.

El universo de los seres finitos se nos ofrece como un mundo por descubrir a nuestro espíritu, que busca un sentido último a cuanto nos rodea…y el mismo espíritu como realidad existente, es objeto de nuestro propio conocimiento experiencial e intelectual. De ahí que la psicología, como *ciencia del alma o psijé*, se muestre como una ciencia compleja y difícil de teorizar por la misma profundidad del acto sustancial y la naturaleza de sus operaciones psíquicas.

---

4 BARRACA MAIRAL, J. La formación para la vocación del Psicólogo Clínico. Capítulo II, p. 41; en La vocación y formación del Psicólogo Clínico. Aquilino Polaino-Lorente; Gema Pérez Rojo (Coords.). Editorial Desclée de Brouwer, S.A., Bilbao, 2014.

5 LOBATO, A. El hombre en cuerpo y alma, p.116. Edicep, Valencia, España, 1994.

El hábitat que nos rodea con sus distintos seres reales, de naturalezas diferenciadas, pone de relieve que las cosas son, y cada una de ellas con un modo de ser particular constitutivo; lo cual evidencia la prioridad de los entes y la verdad ontológica intrínseca que hemos de descubrir: *"Primun enim quod cadit in imaginatione intellectus est ens, sine quo nihil potest apprehendi ab intellectu"*[6].

Así pues, si el ente es lo primero que acaece al entendimiento humano, es indubitable que para conocer debemos partir de la realidad de las cosas, y no del propio pensamiento y su acto de entender.

Por ello nos asombramos al descubrir, que la realidad en su diversidad nos imprime en nuestros sentidos, externos e internos, una presencia entitativa que despierta un conocimiento y unas tendencias sensitivas, que conmocionan nuestra sensibilidad en primera instancia al contactar con el mundo. Estos actos segundos de la percepción sensorial nos remiten a sus facultades o potencias propias, las cuales, por mediación de la cogitativa a modo de inteligencia práctica, ofrece los materiales a la inteligencia especulativa remontándonos a un orden de inteligibilidad superior. Dicho orden de facultades superiores o espirituales, como son la memoria de sí, el intelecto y la voluntad, manifiestan una forma de conocimiento y tendencias espirituales de naturaleza racional, cuyo sustrato el alma humana, es la forma substancial del cuerpo en su totalidad.

Aunque el objeto formal propio del intelecto es la quiddidad del ente en los seres materiales, es a través de la abstracción como se alcanza el universal, y así se capta su esencia; pero desde el punto de vista metafísico, esta supone el ser o esse como principio sustante que la actualice.

En un orden ontológico absoluto, el Acto o Esse de Dios fundamenta por participación todos los entes reales, y, en el orden de los seres contingentes del ens rationalis, el esse es el acto primero que actualiza al ente del ser finito, por tanto, este es lo captado de modo primario en el conocimiento, aunque de manera confusa por los sentidos a nivel sensible. El ente, por la inteligibilidad del ser y su cognoscibilidad se constituye en objeto trascendente cognoscible por el intelecto, cuya intencionalidad explica la identidad del acto de entender con la palabra mental.

Este conocimiento realizado por la intelección como manifestación del ser, que, en el caso del alma humana, nos aportaría un conocimiento esencial de la misma, no es el conocimiento existencial del propio yo que se da de modo concomitante, debido a la autoconciencia o presencia de sí mismo en la persona racional.

El conocimiento existencial *en acto*, es decir *in recto* se realiza por la reflexión del intelecto; mientras que, *en hábito*, es decir *in oblicuo*, manifiesta la presencia de la conciencia concomitante o memoria de sí, que cada uno descubre en la propia percepción intelectual.

---

6 TOMÁS DE AQUINO, In I Libros Sententiarum, d.8, q.1, a.3, en: ID., Scriptum super libros Sententiarum magistri Petri Lombardi episcopi Parisiensis, vol.I, ed.P. Mandonet (P.Lethielleeux), París, 1929.

” La conciencia existencial de uno mismo es un hábito inobjetivo” […] “ Santo Tomás, sitúa este conocimiento habitual en la misma sustancia del alma”[7].

Como explica Canals “…la mente, antes de que abstraiga de las imágenes, tiene conocimiento habitual de sí misma, por el que se puede percibir que existe.”[8].

Esta *notitia* de la *mens* puede ser de un doble modo, abstractiva por la aprehensión intencional objetiva, o intuitiva por el conocimiento *in habitus*, como experiencia inmediata de la percepción intelectual.

Como enuncia Echavarría en sus investigaciones <<el yo designa la totalidad de nuestro ser, es decir, a la persona>> […], << Por todo esto, hay que decir que, si bien la persona es algo uno *simpliciter*, por su ser sustancial, admite dentro de sí una pluralidad *secundum quid*, que le viene de sus accidentes>>[9].

Como concluye dicho autor <<si bien la persona y la personalidad no se identifican en la criatura, pues la primera es el sujeto subsistente y la segunda pertenece al orden de las determinaciones accidentales (pues la personalidad o el carácter es *el conjunto organizado de hábitos operativos*). Sin embargo, no se trata de una mera yuxtaposición de dos “cosas” completas. La personalidad viene de la persona, es *la unidad operativa estable de un hombre en cuanto manifestativa y completiva de su ser personal*>>[10].

Si confrontamos estos fundamentos metafísicos de la persona humana a la fenomenología observacional de la psicología actual, advertimos la parcialidad epistemológica de esta ciencia, ya que, en base a postulados actualistas y funcionalistas, pretende optimizar las conductas del sujeto, anclándolas en un yo vacío de entidad, que a lo máximo que alcanza a definir como identidad de este, se presenta como un conjunto de sustratos psicosomáticos de corte operativo y descriptivo. Remitimos al Dr. Polaino, o al Dr. Echavarría en sus investigaciones sobre la personalidad y las antropologías subyacentes que existen en dichas teorías.

3. ESSE ET ESSENTIA DEL ALMA HUMANA

3.1. Ontología del alma humana

Hemos dejado sentado que el hombre como persona humana es un ser que, desde el punto de vista metafísico como ente racional, está constituido por un

---

[7] MARTÍNEZ PORCELL, J. Metafísica de la Persona, p. 153. Editorial Balmes. Barcelona, 2008.

[8] CANALS VIDAL, F. Sobre la esencia del conocimiento, p. 97-98. PPU. Biblioteca Universitaria de filosofía. Barcelona, 1987.

[9] ECHAVARRÍA, M. Persona y personalidad. De la psicología contemporánea de la personalidad a la metafísica de la persona. p. 238. Espíritu LIX. (2010). nº139.

[10] ECHAVARRÍA, M. Persona y personalidad. De la psicología contemporánea de la personalidad a la metafísica de la persona. p. 238. Espíritu LIX. (2010). nº139.

actus essendi que actualiza el esse et essentia de su realidad ontológica. Como ente finito y participado reclama para su subsistencia y naturaleza operativa, una dependencia real al *ESSE SUBSISTENS,* principio y fundamento como causa primera y última de su grado de perfección entitativa. Esta imagen y semejanza, que, por analogía de proporcionalidad y atribución extrínseca nos permite descubrir la inteligibilidad de los seres contingentes, nos explicita a posteriori su verdadera estructura como persona, y su manifestación evolutiva en cuanto a su personalidad.

Es la estructura del *actus essendi en cuanto esse ut actus y esse in actus*.

La persona humana existe en sí misma como suppositum-sujeto, y se individualiza como tal por sus propios principios intrínsecos, ente racional.

Por la participación del ser y su constitución singular, es una realidad subsistente, un individuo incomunicable ontológicamente, lo cual no implica la incomunicación psicológica al decir acertadamente de Martínez Porcell [11].

Este individuo racional, constitutivamente manifiesta su esencia específica en una naturaleza dinámica y operativa, a través de potencias o facultades que se actualizan por actos segundos configurativos de su comportamiento.

Como principios constitutivos de su entidad, esse et essentia configuran *lo que es* en el orden de los grados de perfección participada, y como persona humana, es un suppositum compuesto: sustancia y accidentes, y en la línea de la esencia, compuesta de materia prima y forma sustancial. Dicha forma sustancial en el caso del alma humana es trascendente por ser espiritual, incorpórea y subsistente.

Aunque en la persona humana hallamos composición, ello no niega que tiene unidad existencial y esencial, pues al ser un todo sustantivo, por asunción eminente se unifican sus partes integrales no como un conjunto de yuxtaposiciones, sino en la unicidad y unidad de su propia entidad completa.

Por esto se suele decir que el hombre es multidimensional a la hora de dar una descripción conductual de lo que en psicología llaman multifactoriedad al hablar de rasgos y no propiedades.

Lo cierto es que, si bien ontológicamente la persona es incomunicable como individuo subsistente, sin embargo, en cuanto posee un alma espiritual trascendente por su inmaterialidad, otorga a su naturaleza perfectible, una dinamicidad que no sólo es relacional o ad extra, sino, primeramente, dueña de sí misma por poseer un dinamismo interno ad intra o intrapersonal.

Dicha teleología está impresa en su estructura, pautada por fines acordes a su grado de perfección. Lo cual no obsta ni determina, sino que condiciona su proyección conductual y la interioridad de su vida psíquica. La persona humana por su racionalidad es capaz de autoconducirse, ya que es poseedora de libertad. El hombre no es actor sino autor de su vida.

---

[11] MARTÍNEZ PORCELL, J. Metafísica de la Persona, p. 144. Editorial Balmes. Barcelona, 2008.

Al ser llamado a la felicidad como fin último busca esa plenitud dinámica en un status virtutis que de sentido a su existencia. Y es por su contingencia finita y falible que necesita un auxilio en orden a alcanzar dicha felicidad.

La salud mental es parte del todo moral y sustantivo, que presupone la salud corporal, cuya unidad psicosomática y espiritual marcan un equilibrio inestable, en cuanto la debilidad de la naturaleza condiciona dicha plenitud.

Por ello, a esa libre apertura de la naturaleza a la vida trascendente, debe disponerse una intencionalidad permanente en buscar actos correctos como fines inmediatos, que conformen el desarrollo de las potencias o facultades en la consecución de hábitos perfectivos como fines parciales o mediatos. Así se logrará un orden estable interior con la consiguiente proyección exterior de la conducta, posibilitando alcanzar con este fin total del alma humana, la plenitud del fin último.

Existe coincidencia por varios autores, entre ellos cabe mencionar al Dr. Caponnetto, de la actual crisis de la psicología, por la pérdida de su estatuto epistemológico. No en vano, pareciera solaparse en su praxis profesional con el papel del educador tradicional, el cual en certeras palabras del Dr. Enrique Martínez <<en la educación se pretende conseguir promover al niño hasta el "estado perfecto del hombre en cuanto hombre>>[12].

Es decir, no sólo hay coincidencia epistemológica en la finalidad de ambas ciencias, psicología y educación, sino pareciera, además, en la propia praxis vocacional y profesional.

Es un tema a investigar en profundidad, puesto que se intuye por parte de ambas ciencias actualmente, una yuxtaposición de ámbitos epistémicos, y una concordancia operativa mediante un cierto constructivismo psicológico y pedagógico de la estructura natural de la persona humana; desviándose ambas de la entidad propia, que no sólo exige un desarrollo predicamental (naturaleza racional), sino ante todo, un perfeccionamiento del orden trascendental de dicho ser (subsistencia individual participada en el esse y sus trascendentales de verdad, bien y belleza).

Se debe retornar a la constitución inteligible y cognoscible del alma para descubrir en profundidad su estructura y explicar así el origen de su actuar. Ni objetivismo ni subjetivismo dan justificación de la mente del hombre, puesto que cercenan en un formalismo actualista, la intimidad propia de la autoconciencia como hábito de autopresencia existencial del yo. Sin identidad de la conciencia concomitante con la conciencia intencional, no habrá posesión de sí mismo, y por ende autoconducción hacia los propios fines.

---

[12] MARTÍNEZ, E. Educar en la virtud. Principios pedagógicos de Santo Tomás, p.31. Revista electrónica mensual del Instituto Universitario Virtual Santo Tomás. Fundación Balmesiana -CDES Abat Oliba CEU Año I- nº 1. 2003.

Como señala Barroso en su tesis doctoral<<Autoconciencia significa poseerse a sí mismo de un modo especial, más allá de un mero estado psicológico, es un modo elevado de ser y vivir en el universo físico>>[13].

Se podría concluir este apartado diciendo que la antimetafísica y la propia metafísica formalista, concuerdan en un pseudo paradigma antropológico cuyas influencias permean a la psicología, y esos frutos contradictorios se podrían enunciar del siguiente modo: *negado el ser, es crítico el conocer y caótico el obrar*, de ahí el fracaso hoy en día, de las psicoterapias al uso en cuanto a la permanencia de sus resultados.

4. HACIA UNA PSICOLOGÍA DEL SENTIDO COMÚN

4.1. Trascendencia de la persona en la psicología

La normalidad más allá de una cuestión estadística o de análisis sindrómicos en una población que aporta datos de la salud mental de sus individuos, hace referencia en primera instancia a la elemental pregunta de si el ser humano se comporta según su propia naturaleza y alcanza la finalidad que su constitución originaria le exige. No es una cuestión de cientificismo coyuntural ni de expertos de opinión, sino de orden natural y sentido común.

La observación y develación descubierta en la realidad de los seres es más eficaz que las teorías ideologizadas en pos de constructos parciales y reduccionistas, propios de un antropocentrismo secularizado e hipertrofiado por la posmodernidad.

Como expresara Bojorge en un artículo <<*Si se pierde de vista la verdad sobre la vida eterna*, *se esfuma la verdad de la vida entera*>>.

Y la vida eterna, fin último de la vida sobrenatural cuya presencia nos habla de Dios, el *Ipsum Esse Subsistens* como Ser Perfecto al cual aspira el ente finito para alcanzar la felicidad, no anula la creación y participación en el orden natural de las creaturas, por el contrario, fundamenta y da significación existencial a la misma. Por eso el hombre es un *homo viator* que busca un sentido a su cotidiano vivir, con una vida y unas vivencias acordes a las exigencias de su propio ser.

Por esto la anormalidad de los comportamientos se nos manifiestan como una privación de lo que debe ser la estructura humana en su desarrollo evolutivo, cuyo sustrato psicosomático y espiritual alerta de un desajuste o de un vacío que desequilibra el normal comportamiento.

Y no cabe duda del influjo de los co-principios específicos de la naturaleza del hombre, materia y forma, o cuerpo y mente, en la causalidad de las enfermedades

---

[13] BARROSO, M.D. Personalidad, virtud y autoconocimiento: El orden y desorden afectivo y sus influencias sobre el autoconocimiento, p. 65. [Tesis doctoral dirigida por Dra. Mercedes Palet Fritschi y Dr. Martín F. Echavarría]. Universidad Abat Oliba CEU. Barcelona, 2017.

mentales, ya sean de base orgánica, psicosomática o de índole puramente espiritual en algunas depresiones exógenas, por ejemplo, al no encontrar un sentido a la propia vida. Lo cual no excluye más bien exige, una visión más amplia de la totalidad del enfoque epistemológico a la hora de auxiliar al ser indigente y falible, que reclama una ayuda eficaz a su misterio existencial, y no sólo un placebo para salir del paso temporalmente.

Nos podemos plantear algunos interrogantes que nos descubran dónde estamos situados como profesionales de la salud mental y así detectar nuestras propias debilidades y fortalezas en la tarea que hemos asumido.

- ¿No cometemos quizás un reduccionismo al plantear la salud mental como pura adaptación orgánica sin trascender a una plenitud humana según el ser propio de la persona?
- ¿Es científico y académicamente aceptable, obviar una antropología metafísica de fundamentos, al aplicar una teoría y psicoterapia pretendiendo tratar a un sujeto cuya estructura desconocemos más allá de la sintomatología que presenta?
- ¿Los diagnósticos por los síntomas y las causas próximas, resuelven realmente nuestro conocimiento de la interioridad del paciente, cómo para aventurarnos a realizar un tratamiento y un pronóstico fiable?
- ¿Cómo profesionales de la salud mental buscar fundamentos antropológicos y metafísicos, no hacer Psicología Metafísica que no compete a nuestro ámbito epistemológico…nos causa indiferencia, impotencia intelectual, acomplejamiento o simple necedad por ignorancia?
- ¿Creemos realmente que somos capaces de responder a todas las inquietudes, dilemas y problemas de los pacientes, omitiendo la fractura entitativa de la propia naturaleza, sin asumir la condición de quiebra o sufrimiento que conlleva la existencia humana y ofertando una curación que no está en nuestras manos realizar?
- ¿Ofrecemos el silencio y la contemplación como requisito previo a la actuación del sujeto para que asuma su interioridad como posesión primera de su persona y su propia vida? ¿O nos lanzamos a correcciones, tipo cognitivo-conductual, en el mejor de los casos para sacarle a flote sin enseñarle a bucear en su vida interior?

Estos y muchos más interrogantes habría que hacer para comprender que el misterio de la vida humana no lo resuelve una ciencia aplicada y parcial como hoy se presenta la psicología, y así no cometer intrusismos en otros ámbitos que no son propios, ni reduccionismos injustos con la tarea asumida a nivel profesional.

Urge delimitar el objeto, el método y el fin de una disciplina académica que se presenta como la respuesta al obrar humano, invadiendo campos más propios de la educación, de la ética y de la propia religión cuando se extralimita, no sólo dogmatizando que es normal o anormal, sino que es lo bueno o lo malo para la persona y su personalidad.

5. CONCLUSIONES

Hemos planteado el presente artículo para analizar desde la fenomenología cual es la ontología de la persona, y en particular del alma humana.

De la realidad de las cosas hemos concluido que la verdad ontológica de los seres, fundamentan la verdad gnoseológica del conocimiento y el pensamiento, dada la inmaterialidad del conocimiento intelectual en su dúplex cognitio, en identidad de acto de la memoria de sí o autopresencia con la intencionalidad del entendimiento, que pronuncia así la palabra mental.

Hemos señalado que la racionalidad conlleva la tendencia apetitiva racional de la voluntad libre y los afectos, aunque hemos obviado su desarrollo, pues nuestro interés era centrarnos en el autoconocimiento de la vida interior, como hábito de autopresencia existencial del yo.

Al aseverar la entidad del esse et essentia de la persona humana, se ha manifestado su incomunicabilidad ontológica y su comunicabilidad trascendente espiritual.

Esta inteligibilidad del ente humano por su inmaterialidad espiritual, como forma trascendente de una materia corpórea, nos ha permitido observar la unidad de origen del alma humana ante la multiplicidad de actos y potencias propias que configuran su manifestación singular.

Desde esta perspectiva metafísica la persona se nos presenta pues, como el acto de ser subsistente en naturaleza racional, por tanto, no como devenir o movimiento, que se atribuiría a la naturaleza operativa, propia de la personalidad.

Los grados de la vida como grados de perfección entitativa participada reclaman una causalidad y dependencia al Ipsum Esse Subsistens, fin último de la plenitud dinámica del homo viator hacia el satus virtutis, que da sentido a su felicidad.

La psicología como ciencia del alma o psijé debe por tanto aportar conocimiento y auxilio a la trascendencia de la persona, perfeccionando aquellos hábitos operativos que reconduzcan la teleología de sus facultades como actos segundos

de la esencia del alma; ésta como acto primero en el orden predicamental de la naturaleza racional; y referida al esse como su acto intensivo y propio. Lo cual no autoriza a invadir espacios de soledad ontológica del mundo interior de la persona, que son privativos de su autoconciencia y de la presencia de Dios en su espíritu.

Ante la desorientación de las ciencias actuales, de corte empirista y despersonalizante, debemos estar ciertos de la *connaturalidad* del conocimiento humano que no renuncia a buscar la verdad y el bien de su propia naturaleza en un universo de seres como vestigio de un ser superior, principio y fundamento de la creación.

Es bueno recordar el lema de la Cartuja:" *Stat Crux dum volvitur orbis*"

Y admirar la verdad, bien y belleza del alma humana como nos recordaba el poeta español de la generación del ´27 Pedro Salinas,[14] al decir:

<<El alma tenías tan clara y abierta,

que yo nunca pude entrarme en tu alma.

Te busqué la entrada secreta del alma.

(…) pero el alma tuya estaba sin guarda de tapial ni cerca.

(…) ¿En dónde empezaba?

¿Acababa, en dónde?

Me quedé por siempre, sentado en las vagas lindes de tu alma>>.

BIBLIOGRAFÍA GENERAL

Barraca, M. J. (2014). *La formación para la vocación del Psicólogo Clínico en: La vocación y formación del Psicólogo Clínico*. Aquilino Polaino-Lorente & Gema Pérez Rojo (Coords). Ed. Desclée de Brouwer, S.A. Bilbao

Canals, V. F. (1987). *Sobre la esencia del conocimiento.* Promociones y Publicaciones Universitarias, S.A. Barcelona

Derisi, N.O. (1979). *Esencia y vida de la persona humana*. EUDEBA. Buenos Aires. Argentina

Fabro, C. (2.009). *Participación y Causalidad*. EUNSA. Navarra

Ferrer, U. (2002). *¿Qué significa ser persona?*. Ediciones Palabra. Madrid

Guitton, J. (1988). *Silencio sobre lo esencial*. EDICEP. Valencia

[14] SALINAS, P. https://www.poeticous.com/pedro-salinas/el-alma-tenías?locale=es

Forment, E. (1992). *Lecciones de Metafísica*. Ediciones Rialp. Madrid

Lobato, A. (1994). *El hombre en cuerpo y alma*. EDICEP. Valencia

Martínez, P. J. (2008). *Metafísica de la Persona*. Editorial Balmes. Barcelona

Martorell, J.L. (1996). *Psicoterapias. Escuelas y conceptos básicos.* Ediciones Pirámide. Madrid

Millán, P. A. (1989). *La formación de la personalidad humana*. Ediciones Rialp, S.A. Madrid

Polaino-Lorente, A. (2010). *Antropología e investigación en las ciencias humanas.* Unión Editorial. Madrid

Polaino-Lorente, Cabanyes, T., & Del Pozo, A. (2003). F*undamentos de Psicología de la Personalidad. Instituto de Ciencias para la Familia.* Universidad de Navarra. Rialp. Madrid

Ruiz, S. F. (1978). *Fundamentos y Fines de la Educación. Instituto de Ciencias de la Educación*. Universidad Nacional de Cuyo. Mendoza. Argentina

Tomás de Aquino. (1979). *Comentario al "Libro del Alma"*. Fundación Arché. Buenos Aires. Argentina

Tomás de Aquino. (1929). *In Libros Sententiarum,* d.8, q.1, a.3, en: ID., Scriptum super libros Sententiarum magistri Petri Lombardi episcopi Parisiensis, vol. I, ed.P.Mandonnet (P. Lethielleux). París. Francia

Tomás de Aquino. (1888). *Summa Theologiae, I p.,* q.29, a.3, en: ID., Opera Omnia, iussu impensaque Leonis XIII. M. Edita, Roma. Italia

ARTÍCULOS CIENTÍFICOS, ARTÍCULOS DE LIBROS Y VOCES

Canals V. F. (2005). *La conciencia existencial del yo y el conocimiento por connaturalidad*. e-aquinas. Revista electrónica mensual del Instituto Santo Tomás (Fundación Balmesiana). Año 3

Caponnetto, M. (2005). *Las dificultades de la Psicología científica*. e-aquinas. Revista electrónica mensual del Instituto Santo Tomás (Fundación Balmesiana). Año 3

Derisi, O. N. (1949). *Metafísica del conocimiento*. Actas del Primer Congreso Nacional de Filosofía. Mendoza. Argentina. Tomo II

Derisi, O. N. (2003). *La creación del lenguaje*. e-aquinas. Revista electrónica mensual del Instituto Santo Tomás (Fundación Balmesiana). Año 1- número 2

Echavarría, M. (2013). *El modo de subsistir personal como reflexión sustancial según Santo Tomás de Aquino*. Editorial Balmes. Vol. LXII- nº 146

Echavarría, M. (2010). *Persona y personalidad. De la Psicología contemporánea de la personalidad a la metafísica tomista de la persona*. Espíritu LIX- nº139. 207-247

Echavarría, M. (2009). *Virtud y ser según Tomás de Aquino*. Espíritu LVIII- nº138. 9-36

Forment, E. (2004). *Primacía de la incomunicabilidad de la persona*. e-aquinas. Revista electrónica mensual del Instituto Santo Tomás (Fundación Balmesiana). Año 2

Martínez, E. (2001). *Memoria de sí y educación del otro. El autoconocimiento como fuente de la actividad educativa en el pensamiento de Santo Tomás de Aquino*. Revista Española de Filosofía Medieval, nº 8. pp. 83-94

Martínez, E. (2003). *Educar en la virtud. Principios pedagógicos de Santo Tomás.* e-aquinas. Revista electrónica mensual del Instituto Santo Tomás (Fundación Balmesiana). Año 1- número 1

TESIS DOCTORALES

Barroso-López, M.D. (2017). *Personalidad, virtud y autoconocimiento: El orden y desorden afectivo y sus influencias sobre el autoconocimiento*. Universidad Abat Oliba CEU

Prevosti V. X., (2017). *La libertad, ¿indeterminación o donación? El fundamento ontológico del libre albedrío a partir de la Escuela Tomista de Barcelona.* Universidad Abat Oliba CEU

CAPÍTULO 2
PAPEL DE LA MEMORIA Y LA EMOCIÓN EN LA VIRTUD SEGÚN LA TEORÍA DE MAGDA ARNOLD

Fátima Ruiz Fuster
fatimaruizfuster@gmail.com
Universidad Internacional de La Rioja, Facultad de Educación
Logroño, España

1. INTRODUCCIÓN

Algunos estudios recientes han mostrado el lado oscuro de la inteligencia emocional (Davis & Nichols, 2016; Kilduff, Chiaburu, & Menges, 2010). Consideran que puede ser un arma poderosa y que se puede hacer un mal uso para manipular y utilizar a los demás en beneficio propio. Los profesores Kilduff y Menges, de la *Judge Business School* de Cambridge, y el profesor adjunto Chiaburu, de una escuela de negocios de Texas, lo comparan con el personaje de *Iago* en Otelo, de Shakespeare, un hombre que manipula las emociones de los demás mientras controla las suyas (Kilduff et al., 2010, p. 130). Consideran, por tanto, que es posible tener un alto nivel de inteligencia emocional, y utilizar dichas habilidades para promover los propios intereses incluso a expensas de los demás. Lo explican a través de una analogía con el póquer: un jugador de póquer con una alta inteligencia emocional puede detectar las emociones de otros jugadores alrededor de la mesa y utilizar esa información en su beneficio, mientras que simultáneamente controla y regula su propio despliegue emocional (Kilduff et al., 2010, p. 131). Éste es sólo un ejemplo que pone de manifiesto la necesidad de un nuevo diálogo entre la psi-

cología y la ética. La inteligencia emocional necesita un objetivo moral para ser utilizada de forma positiva y eliminar ese lado oscuro.

Podemos afirmar, por tanto, que la psicología necesita la ética. Recientemente, la psicología positiva ha retomado el interés por estudiar el bienestar y la vida satisfactoria, como ya hizo en su momento Aristóteles (Hervás, 2009). La psicología positiva conecta con la moral aristotélica que señala que la felicidad está en el ejercicio de las virtudes (Gustems Carnicer & Sánchez Gómez, 2015). Esta virtud, según Aristóteles, es la perfección habitual y estable de las facultades operativas humanas, tanto intelectuales como apetitivas (Rodríguez Luño, 1993). Por tanto, la virtud es una disposición estable de las potencias humanas, es un hábito bueno adquirido a través de la repetición de acciones y perdido por la realización de acciones contrarias a lo propio de la virtud. En este sentido, la virtud se entiende como una disposición y no como una mera costumbre.

En el presente escrito queremos mostrar la teoría de Magda B. Arnold, una psicóloga americana, quien, junto a J.A. Gasson, en los años 60 formuló una teoría inspirándose en la doctrina tomista de los sentidos internos y planteando una nueva definición de emoción en el campo de la psicología. A continuación, recogemos sintéticamente el contexto histórico en el que Arnold desarrolla su teoría, así como un resumen de su propuesta en torno a la personalidad, la emoción y la memoria. Posteriormente, plantearemos el vínculo con el concepto de virtud. De este modo, veremos que la propuesta de Arnold permite un diálogo entre las distintas funciones psicológicas y una dimensión ética, reflejada en el concepto de virtud.

2. TEORÍA DE LA PERSONALIDAD DE ARNOLD

2.1. Contexto histórico de Arnold

Magda B. Arnold (1993-2002) desarrolló su labor como investigadora y profesora universitaria a mediados del siglo pasado, fundamentalmente en los Estados Unidos de América, formando parte de la segunda generación de psicólogas americanas (Johnston & Johnson, 2008). Arnold, al igual que otras mujeres americanas de la segunda generación de psicólogas, se identifica primero como científica antes que como mujer científica (Rodkey, 2015). Aunque su labor pasó en gran medida desapercibida, siendo denominada por Steven & Gardner (1982) como "Unacknowledge Genius", Arnold ha sido reconocida por ser pionera del *appraisal* (Reisenzein, 2006; Scherer, Schorr, & Johnstone, 2001; Shields, 2006a). Su obra mereció un número entero, *issue 7*, en la Revista *Cognition and Emotion* en el año 2006.

Su trabajo en torno a la noción de *appraisal* supone el inicio de un cambio de paradigma en el campo de la psicología de la emoción y le constituirá como madre fundadora de la teoría del *appraisal* moderno (Roseman & Smith, 2001, p. 9). Su obra maestra "Emoción y Personalidad" (1960a, 1960b) deja a un lado la pers-

pectiva fisiológica de la emoción de James-Lange y Cannon-Bard e introduce el paradigma cognitivo en el campo de la emoción. La emoción deja de ser una respuesta fisiológica y pasa a ser una evaluación cognitiva. Lazarus (2001), máximo representante de las teorías cognitivas de la emoción, reconoce la influencia de Arnold en su planteamiento acerca de la emoción.

Su biografía contrasta con lo que se podría esperar para la época. Vive su infancia y juventud en el Centro de Europa, pero no puede acceder a la Universidad debido a la falta de medios. Sin embargo, ya en esos momentos de su vida sabe qué es lo que quiere conseguir: "When I was 16, I got hold of Freud's psychopathology in Everyday Life and at this point I was absolutely fascinated and at this point I decided if ever I had a chance to become a psychologist, I would"(Arnold, 1976, p. 6).

La autobiografía de Arnold (n.d.; n.d.-a) muestra los obstáculos a los que tuvo que enfrentarse para poder alcanzar esta meta. Su carrera estuvo marcada por un inicio tardío en el mundo de la psicología, a la edad de 32 años, y contraviniendo la oposición de su marido. Se abrió paso en el mundo universitario en psicología, un mundo dominado en aquel entonces por varones, y fue a contracorriente de lo que marcaban las corrientes psicológicas de la época -psicoanálisis y conductismo- (Mooren & van Krogten, 1993). Arnold retoma el tema de la emoción como un proceso cognitivo normal, lo cual era bastante inusual para la época.

Arnold también cambia el enfoque en psicología porque inspira su teoría psicológica en la filosofía aristotélico-tomista (Cornelius, 2006), algo poco habitual en la psicología de la época que renegaba de la filosofía. Por otro lado, elabora su teoría, tanto de la personalidad (1954) como de la emoción, junto a su maestro, John A. Gasson. Además, aboga por una psicología basada en el sentido común (Arnold, n.d.-b); una psicología que parta de la experiencia humana para evitar, de este modo, caer en especulaciones siendo un objetivo primordial en sus obras integrar la perspectiva fenomenológica de las diversas funciones psicológicas (emoción, memoria, etc.) con sus correlatos neurológicos.

La vida de Arnold, fundadora del *appraisal* moderno y protagonista del inicio de un cambio de paradigma en psicología de la emoción, es un ejemplo de una mujer que tuvo que luchar contra numerosos obstáculos por alcanzar sus metas profesionales y personales (Shields, 2006b): desde ir en contra de las corrientes predominantes en psicología (Shields & Kappas, 2006), hasta plantear un nuevo enfoque en psicología (integrándola con la neurología y con la filosofía). Su vida refleja las dificultades que tuvo que superar no solo en torno a al campo de la emoción sino en torno a la psicología en general, para conseguir sus objetivos.

2.2. Definición de Personalidad

Arnold no alude directamente al término virtud sino al término hábito y lo incluye en su definición de personalidad:

> "With Gasson (1954), we define personality as the patterned totality of human powers, activities and habits, uniquely organized by the person in active pursuit of his self-ideal, and revealed in his behavior. Action often repeated become habits, just as repeated tendencies to action become attitudes. Each new action is influence by these attitudes that stem from habits, and in turn recognizes them" (Arnold, 1962, p. 44).

Vemos cómo el patrón global de personalidad se configura a partir de hábitos y éstos se organizan en torno a un eje que es el *self-ideal*. Para llegar a la integración de la personalidad, es necesario que la acción humana gire en torno a un ideal que refleje la mayor perfección posible para la persona, lo que Arnold denomina *self-ideal*.

La secuencia que va desde la percepción a la acción incluye la apreciación que deriva en una tendencia a la acción y en la que influyen tanto la memoria como la imaginación y la memoria afectiva. Esta tendencia a la acción puede convertirse en una acción (Arnold, 1960a, 1960b). La repetición de tendencias a la acción se convierte en una actitud y la repetición de acciones se convierten en hábitos. Tanto las actitudes como los hábitos influyen en el actuar de la persona. Estas funciones psicológicas incluidas en la teoría de Arnold se basan en la doctrina tomista de los sentidos internos (Arnold & Gasson, 1963).

2.3. Emoción y memoria emocional en Arnold

Como hemos señalado anteriormente, Arnold es considerada la madre fundadora de la teoría del *appraisal* en torno a la emoción. Según esta autora, la emoción es una tendencia a la acción que se deriva de algo apreciado intuitivamente como bueno o malo para mí aquí y ahora. Por tanto, la emoción implica tanto una tendencia a la acción como una apreciación.

Por otro lado, Arnold recoge el término *affective memory* que podemos traducir por memoria afectiva o emocional. Según esta autora, esta función psicológica permite revivir las apreciaciones realizadas en el pasado de tal forma que se hacen presentes en la actualidad, pudiendo generar reacciones emocionales en la persona que no se corresponden con la situación que tiene delante sino con las experiencias pasadas que siguen teniendo influencia en su presente gracias a la memoria.

3. APORTACIÓN DE LA TEORÍA DE ARNOLD AL CONCEPTO DE VIRTUD

La conexión que establece Arnold entre la influencia que los hábitos tienen en la configuración de la personalidad y, a la vez, la forma en que la apreciación y, por

tanto, la emoción, y la memoria emocional influyen en la acción, permiten explicar la influencia de las experiencias emocionales en la virtud.

Las experiencias emocionales vividas en el pasado pueden seguir influyendo en nuestro presente a través de la memoria emocional que permite revivir las apreciaciones del pasado y sentir la emoción en el presente. De esta forma, dichas experiencias influyen en nuestra toma de decisiones, en nuestro actuar actual y en los hábitos que desarrollamos. Por tanto, vemos en la teoría del funcionamiento psicológico general de Arnold cómo conecta la emoción y la memoria afectiva con el hábito. Este hábito no es solo una costumbre o repetición de acciones, sino que genera una disposición que afecta a las potencias humanas.

Por tanto, lo emocional afecta al desarrollo de las virtudes, ya que puede llevarnos a actuar de acuerdo a lo que nos hace mejores o en la dirección contraria, alejándonos de nuestro *self-ideal* (Arnold, 1960b).

Por otro lado, la organización o integración de la personalidad en Arnold gira en torno al *self-ideal* que es la máxima perfección posible para una persona. Arnold señala que la felicidad se alcanza cuando se logra vivir de acuerdo con el camino planteado por un *self-ideal* adecuado y válido. Esto recuerda al concepto de *eudaimonía* de Aristóteles.

4. CONCLUSIONES

En definitiva, la propuesta de Arnold en torno a la emoción y la memoria emocional, así como su definición de personalidad, permiten conectar las funciones psicológicas con el desarrollo de la virtud. De esta forma, se establece un vínculo que permite conectar dichos conceptos, estableciéndose también una relación entre la educación emocional y la educación en virtudes y pudiendo establecerse un diálogo entre la psicología y la herencia aristotélico-tomista.

BIBLIOGRAFÍA

Arnold, M. B. (n.d.-a). *Magda Arnold Autobiography*. Tucson, AZ.: Unpublished manuscript.

Arnold, M. B. (n.d.-b). Personal autobiography. Tucson, AZ.: Unpublished manuscript.

Arnold, M. B. (n.d.-c). The fear of being sensible or The flight from common sense. Magda B. Arnold Papers. (Box M2289, Folder 6) Archives of the History of American Psychology, The Center for the History of Psychology, The University of Akron. Akron, OH.

Arnold, M. B. (1960a). *Emotion and Personality. Volume I: Psychological Aspects*. New York: Columbia University Press.

Arnold, M. B. (1960b). *Emotion and Personality. Volume II: Neurological and psychological aspects*. New York: Columbia University Press.

Arnold, M. B. (1962). *Story sequence analysis : a new method of measuring motivation and predicting achievement*. New York; London: Columbia University Press. Retrieved from http://ezproxy.si.unav.es:2048/login?url=http://search.ebscohost.com/login.aspx?direct=true&AuthType=ip,url&db=cat00378a&AN=bnav.b3577432&lang=es&site=eds-live&scope=site

Arnold, M. B. (1976). An oral history with Magda B. Arnold/Interviewer: Mary Northway. Ottawa, ON: Oral History of Psychology in Canada, Canadian Psychological Association, Library and Archives Canada. Retrieved from http://www.feministvoices.com/assets/Women-Past/Arnold/Magda-Arnold-CPA-Oral-History.pdf

Arnold, M. B., & Gasson, J. A. (Eds.). (1954). *The Human Person: An Approach to an Integral Theory of Personality*. New York: The Ronald Press Company.

Arnold, M. B., & Gasson, J. A. (1963). The internal senses: functions or powers? *Thomist*, *26*(1), 1–34.

Cornelius, R. R. (2006). Magda Arnold's Thomistic theory of emotion, the self-ideal, and the moral dimension of appraisal. *Cognition and Emotion*, *20*(7), 976–1000. https://doi.org/10.1080/02699930600616411

Davis, S. K., & Nichols, R. (2016). Does emotional intelligence have a "dark" side? A review of the literature. *Frontiers in Psychology*, *7*(AUG). https://doi.org/10.3389/fpsyg.2016.01316

Gustems Carnicer, J., & Sánchez Gómez, L. (2015). Aportaciones de la Psicología Positiva aplicadas a la formación del profesorado. *Estudios Sobre Educación*, *29*, 9–28.

Hervás, G. (2009). Psicología positiva: una introducción. *Revista Interuniversitaria de Formación Del Profesorado*, *66*(23,3), 23–41.

Johnston, E., & Johnson, A. (2008). Searching for the second generation of American women psychologists. *History of Psychology*, *11*(1), 40–72. https://doi.org/10.1037/1093-4510.11.1.40

Kilduff, M., Chiaburu, D. S., & Menges, J. I. (2010). Strategic use of emotional intelligence in organizational settings: Exploring the dark side. *Research in Organizational Behavior*, *30*(C), 129–152. https://doi.org/10.1016/j.riob.2010.10.002

Lazarus, R. S. (2001). Relational Meaning and Discrete Emotions. In K. R. Scherer, A. Schorr, & T. Johnstone (Eds.), *Appraisal processes in emotion theory, methods, research* (pp. 38–67). Oxford; New York: Oxford University Press.

Mooren, J. H. M., & van Krogten, I. A. M. H. (1993). Contributions to the history of psychology: CXII. Magda B. Arnold revisited: 1991. *Psychological Reports*, *72*(1), 67. Retrieved from http://ezproxy.si.unav.es:2048/login?url=https://search.ebscohost.com/login.aspx?direct=true&AuthType=ip,url&db=asx&AN=9303030165&lang=es&site=eds-live&scope=site

Reisenzein, R. (2006). Arnold's theory of emotion in historical perspective. *Cognition and Emotion*, *20*(7), 920–951. https://doi.org/10.1080/02699930600616445

Rodkey, E. N. (2015). *Magda Arnold and the Human Person: A Mid-Century Case Study on the Relationship Between Psychology and Religion*. York University, Toronto, Ontario.

Rodríguez Luño, A. (1993). *Etica general.* Pamplona : EUNSA, 1993. Retrieved from http://ezproxy.si.unav.es:2048/login?url=https://search.ebscohost.com/login.aspx?direct=true&AuthType=ip,url&db=cat00378a&AN=bnav.b1240177&lang=es&site=eds-live&scope=site

Roseman, I. J., & Smith, C. A. (2001). Appraisal Theory: Overview, Assumptions, Varieties, Controversies. In K. Scherer, A. Schorr, & T. Johnstone (Eds.), *Appraisal processes in emotion theory, methods, research* (pp. 3–20). Oxford; New York: Oxford University Press.

Scherer, K. R., Schorr, A., & Johnstone, T. (Eds.). (2001). *Appraisal processes in emotion theory, methods, research*. Oxford ; New York: Oxford University Press.

Shields, S. A. (2006a). Magda B. Arnold: Pioneer in Research on Emotion. In D. A. Dewsbury, L. T. Benjamin Jr, & M. Wertheimer (Eds.), *Portraits of Pioneers in Psychology. Volume VI.* (pp. 223–237). Washington DC: American Psychological Association; Lawrence Erlbaum Associates.

Shields, S. A. (2006b). Magda B . Arnold ' s life and work in context. *Cognition and Emotion*, *20*(7), 902–919. https://doi.org/10.1080/02699930600615827

Shields, S. A., & Kappas, A. (2006). Magda B. Arnold's contributions to emotions research. *Cognition and Emotion*, *20*(7), 898–901. https://doi.org/10.1080/02699930600615736

Stevens, G., & Gardner, S. (1982). *The women of psychology. Volume II: Expansion and refinement*. Cambridge, Massachusetts: Schenkman. Retrieved from http://ezproxy.si.unav.es:2048/login?url=https://search.ebscohost.com/login.aspx?direct=true&AuthType=ip,url&db=edsbvb&AN=EDSBVB.BV027222729&lang=es&site=eds-live&scope=site

CAPÍTULO 3
UN ANÁLISIS COMPARATIVO DEL ESTUDIO PSICOLÓGICO DE LA VIRTUD ENTRE LA PSICOLOGÍA POSITIVA Y UNA ANTROPOLOGÍA CRISTIANA

¿Qué nos perdemos en la virtud cuando lo hacemos por bienestar y no por perfeccionarnos en el amor?

Ruth Mª de Jesús Gómez[1]
r.dejesus@ufv.es
Verónica Fernández Espinosa[1]
veronica.fernandez@ufv.es
[1]*Universidad Francisco de Vitoria, Facultad de Educación y Psicología*
Madrid, España

1. INTRODUCCIÓN

Tradicionalmente la psicología se ha centrado prioritariamente en el estudio y tratamiento del síntoma y la enfermedad. La virtud era un concepto propio de la filosofía y abordado en su dimensión práctica desde la educación pero no objeto de la psicología. El auge de la Psicología Positiva, entre otros factores, ha facilitado la recuperación de este constructo para la psicología científica.

Desde la filosofía, en el mundo anglosajón, luego de la debacle y el sufrimiento que significaron las dos guerras mundiales del siglo pasado y la guerra fría, algunos autores, motivados por los estudios de Alasdair MacIntyre llegaron a ver con mayor lucidez la necesidad urgente de volver a una ética capaz de dar sentido a la vida del hombre, una ética que no fuera solamente un listado de deberes y nor-

mas que hay que cumplir para ser buenos moralmente, sino que fuera capaz de asegurar el florecimiento integral de la persona, de tal modo que esta llegara a experimentarse como un bien para sí misma y como un don para los demás.

Nace así la *virtue ethics*, enfocada en rescatar la noción aristotélica de la virtud, poniendo el acento en el *ser excelente* de las personas y no tanto en el *deber*, el cual sólo tiene razón de ser en tanto en cuanto busque el bien *de* la persona y el bien para la persona (Lickona, 2004). Nace una corriente educativa que se denomina: *character education* o educación de carácter a través de una vida virtuosa. Se trata de una propuesta valiente y provocativa, especialmente para nuestra sociedad posmoderna en la que impera el relativismo y el emotivismo moral, en dónde muy pocos se atreven a aseverar, no sin cierto temor a ser tachados de fundamentalistas, que existe una verdad sobre el bien, sobre la naturaleza del hombre y, por ende, una verdad sobre el camino que hay que recorrer para ser realmente feliz, para alcanzar su *telos*, es decir el fin para el cual ha sido creado (Pérez-Soba, 2018).

Entre estos intentos de renovación se hallan los estudios de Seligman, que, partiendo del fenómeno de la indefensión aprendida, avanzó hasta la denominada Psicología Positiva (PP). Su objetivo era comprender por qué algunos individuos eran más capaces de superar situaciones adversas. Este interés le llevó, junto con Peterson, Cszikszentmihalyi y otros, a desarrollar una ingente encuesta sobre códigos de conducta provenientes de distintas culturas, religiones, épocas…

2. LA VIRTUD DESDE LA PSICOLOGÍA POSITIVA

La PP se considera como un nuevo enfoque dentro de la psicología caracterizada por centrarse en el estudio de las potencialidades y fortalezas humanas (Seligman y Csikszentmihalyi, 2000). Señalan que "ha llegado el momento de contar con una ciencia cuyo objetivo sea entender la emoción positiva, aumentar las fortalezas y las virtudes y ofrecer pautas para encontrar lo que Aristóteles denominó la Buena Vida", añadiendo que "la verdadera felicidad deriva de la identificación y el cultivo de las fortalezas más importantes de la persona y de su uso cotidiano en el trabajo, el amor, el ocio y la educación de los hijos" (Seligman, 2003, p. 13).

Este enfoque considera que puede haber un estudio psicológico de la virtud que evidencie lo que su práctica supone para la persona y profundice, a su vez, en la comprensión de los procesos para su adquisición.

En sus inicios, la PP, se consideró tres pilares fundamentales sobre su contenido: el estudio de la personalidad positiva, las fortalezas y las virtudes, cuyo ejercicio regular generaría emotividad positiva (Seligman, 2003). Los responsables de los apartados para su clasificación serían Csikszentmihalyi, Peterson y Vaillant (Vega, 2010).

Posteriormente, Peterson y Seligman (2004), muestran sus objetivos primordiales, a saber: identificar un listado de virtudes reconocidas universalmente y

describir las fortalezas necesarias para tener un buen carácter. Definen las virtudes como: “las características principales valoradas por filósofos, pensadores, y religiosos: la sabiduría, el coraje, humanidad, justicia, templanza, y trascendencia” (Peterson y Seligman, 2004, p.13). Consideran que estas son universales y que cuentan con una base biológica a través de un proceso evolutivo de selección como medio para resolver las importantes tareas necesarias para la supervivencia de la especie”. (Peterson y Seligman, 2004, p.13). Señalan, por último, que todas estas virtudes deben estar presentes en los valores de una persona para que se considere con buen carácter.

Las fortalezas son “los ingredientes psicológicos (procesos o mecanismos) que definen las virtudes”. Es decir, “son rutas diferenciadas para alcanzar algunas de las virtudes. Estamos cómodos diciendo que alguien es de buen carácter, si él o ella, muestra una o dos fortalezas dentro de un grupo de virtud.” (Peterson y Seligman, 2004, p. 13).

Se refieren a las virtudes como el objeto de la filosofía y la ética, siendo estas abstractas y universales mientras que las fortalezas de carácter son el objeto propio de la psicología al ser observables y medibles. “Las fortalezas son rasgos morales” (Seligman, 2003, p. 185), que hay que diferenciar de las capacidades; las fortalezas suponen voluntad, mientras que las capacidades no pueden ser adquiridas mediante la misma (Seligman, 2003). La práctica de las fortalezas lleva, por tanto, a la adquisición de la virtud.

El modelo propuesto por Peterson y Seligman (2004) está constituido por seis virtudes que incluyen varias fortalezas como se señala a continuación:

- Transcendencia: Humor, gratitud, esperanza, espiritualidad y aprecio de la belleza y la excelencia.
- Moderación: Autorregulación, humildad, perdón y prudencia.
- Justicia: Liderazgo, equidad y trabajo en equipo.
- Humanidad: Amor, bondad e inteligencia social.
- Valor: Valentía, perseverancia, honestidad y vitalidad.
- Sabiduría y conocimiento: Creatividad, curiosidad, apertura y juicio crítico, amor por aprender y perspectiva.

Para identificar estas virtudes y fortalezas se buscó que estas estuviesen presentes en todas las tradiciones culturales y religiosas a lo largo de la historia. Plantean que la vivencia de este modelo es necesario para poder definir qué es un buen carácter, cuyo desarrollo es imprescindible para la felicidad humana.

Peterson y Seligman (2004) resaltaron también que los problemas de la sociedad precisan de este modelo ya que “Después del hedonismo de la década de 1960, al narcisismo de la década de 1970, el materialismo de la década de los 1980, y la apatía de la década de 1990, la mayoría de las personas de todo el mundo hoy en

día parecen creer que el carácter es importante (…) Es evidente, que las drogas y la violencia están relacionadas con esta falta de carácter" (p. 5).

En síntesis, el desarrollo de las fortalezas hace a un hombre virtuoso. La virtud es indicador de un buen carácter, cuyo desarrollo es imprescindible para la felicidad y es urgente para nuestra sociedad actual. Pero ¿qué entiende Seligman por felicidad? Señala que

> "La felicidad en el presente está constituida por los placeres y las gratificaciones. Los placeres tienen un claro componente sensorial y emocional, lo que los filósofos denominan sensaciones crudas: éxtasis, emoción, orgasmo, deleite, regocijo, euforia y bienestar. Son efímeros e implican muy poco, o nulo, pensamiento. Cuando hablo de gratificaciones nos involucran por completo; quedamos inmersos y absortos en ellas y perdemos la conciencia propia. Disfrutar de una gran conversación, escalar montañas, leer un buen libro (…) son ejemplos de actividades en las que el tiempo se detiene para nosotros, nuestras habilidades están a la altura de las circunstancias y nos hallamos en contacto con nuestras fortalezas. Las gratificaciones duran más que los placeres, implican más pensamientos e interpretación, no se convierten fácilmente en un hábito y nuestras fortalezas y virtudes las refuerzan" (Seligman, 2003, p. 145).

Para Seligman la felicidad, operativizada como bienestar, requiere por lo tanto del bienestar hedónico como del eudaimónico.

La virtud viene a ser el resultado de unos patrones de comportamiento que se pueden identificar, operativizar, y son, por lo tanto, medibles y entrenables. Desde esta perspectiva, el camino planteado hacia la virtud es, fundamentalmente, cognitivo-conductual. La razón que conduce a una persona a desarrollar un buen carácter es únicamente la propia satisfacción personal pues "El empleo de una fortaleza contribuye al bienestar o satisfacción que constituye la vida buena, para el individuo y para los demás. A pesar de que las fortalezas y virtudes determinan cómo una persona se enfrenta con la adversidad, nuestra atención se centra en cómo satisface, y llena al individuo" (Peterson y Seligman 2004, p. 17).

El modelo expuesto por Peterson y Seligman (2004), es una clasificación, no una taxonomía, dado que ésta requeriría de una teoría antropológica que la sustentase. Su pretensión inicial es, por lo tanto, ateórica, para recabar datos empíricos que sean la base de futuras teorías (Gancedo, 2007).

Posteriormente, Seligman y Peterson (2007) dejan de emplear el término virtud y lo cambian por potencial humano, el cual cuenta con una mayor resonancia científica (Alarcón y Morales, 2012).

3. LA VIRTUD DESDE LA ANTROPOLOGÍA CRISTIANA

El ser humano es un ser abierto a la realidad que le rodea, y se halla espontáneamente dispuesto a una relación con ella. Esta apertura se concreta no solo en los sentidos que le permiten recibirla, sino, sobre todo, en la dimensión afectiva con su capacidad para establecer vínculos que le permitan entrar en una relación personal (Botturi y Vigna, 2004; Botturi, 2013). Es esta mezcla de apertura y afectividad la que se halla a la base de la virtud. Esta ha de ser entendida como plenitud de esta relación interpersonal. La comunicación en el bien y la amistad es la clave de la felicidad humana (Aristóteles, 2014).

3.1. Deseo y felicidad

En todo hombre está presente algo que puede llamarse con el término común de deseo. Aunque nos descubrimos deseando, el deseo es siempre de lo amado. El descubrimiento de la presencia de otras personas a nuestro alrededor explicita en nosotros este movimiento del deseo de relación con ellos. Existe dentro de cada uno un movimiento muchas veces vago e indeterminado de una ulterioridad o de un "más" que no puede ser alcanzado o logrado todavía, ni encuentra su realización en algo concreto y delimitado. Es cierto que muchas veces lo finito puede brindar una cierta satisfacción, pero esta suele ser provisoria y frágil, y llega a confundir a quien la experimenta, haciéndole creer que ha llegado a satisfacer plenamente esa necesidad. Sin embargo, aunque crea ha satisfecho su deseo, este vuelve a surgir.

Esa añoranza apunta a lo que llamamos felicidad y encuentra en nuestro tiempo una fuerte rehabilitación para dejar de concebirla como mera satisfacción. Esta es, esencialmente,

> "la búsqueda humana tanto en una acción concreta, como en el compromiso especulativo y la experiencia afectiva. Su extrema vaguedad, que hace que el propio concepto de felicidad sea esencialmente indefinible sin mayor especificación (y tal especificación está en la base del desarrollo histórico de las tradiciones tanto morales como pedagógicas), indica el carácter mismo del deseo, su fugacidad y al mismo tiempo su profundidad existencial y, por así decirlo, ontológica" (Pesci, 2010, p. 103).

El deseo y la felicidad en el ser humano recuerdan que hay una experiencia original del amor, y que este amor es un elemento fundamental y constitutivo de su ser desde el momento mismo de la concepción.

Este deseo se seguirá experimentando a lo largo de todas las etapas de la vida, pues el ser humano en sus acciones continúa experimentando una tensión a algo

más grande aún dentro de la carencia, un deseo de plenitud no alcanzado ni satisfecho en su totalidad. No podemos olvidar que somos seres inacabados (Barrio, 2010).

Como se decía, todo hombre busca la felicidad. Este hecho es compartido de modo universal por el ser humano más allá de sus creencias y nos permite ver cómo este término expresa la naturaleza indefinida del propio deseo.

La teoría de las virtudes desde una perspectiva cristiana considera las virtudes como una especificación práctica de la conformación a Otro (Cristo) que venció todas las tentaciones, es decir, la tiranía del deseo, y que puso el amor en el fundamento de la vida buena. Las virtudes en la perspectiva cristiana no pueden ser otra cosa que esta conformación y van en la dirección, no de una ascesis como fin en sí misma, sino de una práctica de renuncia a lo absoluto del deseo personal en vista de un bien que lo trasciende y que es el único que da la auténtica felicidad (Pesci, 2010).

3.2. Definición de virtud

El Catecismo de la Iglesia Católica (2017) define la virtud como "una disposición habitual y firme a hacer el bien. Permite a la persona no sólo realizar actos buenos, sino dar lo mejor de sí misma. Con todas sus fuerzas sensibles y espirituales, la persona virtuosa tiende hacia el bien, lo busca y lo elige a través de acciones concretas" (n. 1803).

Podemos decir que la virtud es una disposición estable, un hábito operativo bueno que obra la transformación de la razón y la afectividad de la persona llevándole a una vida excelente. Es decir, las virtudes, guiadas por un bien verdadero, amable en sí mismo, reconocido por la razón y amado por la voluntad, son capaces de ordenar las pasiones hacia los bienes concretos que mejor permitan alcanzar y conservar el bien amado. Los vicios, por el contrario, son hábitos operativos malos, en cuanto que el bien que es amado por sí mismo y al que asiente la razón y ama la voluntad, no es un verdadero bien, es un bien aparente, que va contra la dignidad de la persona.

Las virtudes posibilitan que no exista una contradicción entre el bien que identifica la razón y que aman la voluntad y las pasiones, además, ayudan a que las acciones que escoja el sujeto salvaguarden y aspiren a ese bien supremo. Esto lo hacen ayudándole a escoger bienes concretos que lo lleven a ese fin último al cual aspira. De esta manera lo subjetivo —los bienes particulares, concretos y sensibles que atraen a la persona— y lo objetivo —el bien verdadero, amado por sí mismo y en conformidad con la dignidad de la persona—, se mantiene en armonía y no en contradicción (Pérez-Soba, 2018).

La virtud, por tanto, se relaciona intrínsecamente con el bien detrás de las acciones humanas, lo salvaguarda, puesto que,

> La virtud implica una integración interior que permite que el sujeto comprenda el bien humano implicado en una acción y lo quiera libremente. Al proceder de esta visión de la bondad de la acción, la estabilidad que ofrece la virtud es intrínseca. Por esto, aunque a veces costumbre y virtud parezcan idénticas, esta última no es rígida sino elástica, capaz de adecuarse a tiempo y situaciones diversas (Granados, 2014 p. 163).

El hombre virtuoso, a diferencia del vicioso que se deja llevar por el bien aparente que se le presenta como altamente conveniente a sus pasiones, no se mueve ciegamente hacia el objeto de su amor, sino que lo hace libremente en tanto que reconoce en él un bien real y lo escoge como fin de su acción. De este modo, la coherencia de los actos de un virtuoso se encuentra dada por el bien que subyace y que es el móvil de su acción, y no en el mayor o menor placer que le puedan reportar (Abbà, 1992). Por poner un ejemplo, el padre virtuoso decidirá en algunos momentos premiar a su hijo y en otros castigarlo: dos actos que parecen tan diferentes entre sí, si se analizan desde la ética de la primera persona[1], es decir, desde la intencionalidad detrás de las acciones, revelan que en ambos casos se está llevando a cabo el mismo bien operable, a saber: la educación en el bien del hijo. De este modo, premio y castigo son dos formas de amar al hijo, y miran al bien del amado, y a conservar una verdadera comunión entre ambos. En lo concreto de cada situación, la virtud ayuda a encontrar siempre las acciones más adecuadas (bienes) a cada una de ellas, gozando así de una gran creatividad y flexibilidad (MacIntyre, 2001).

Este conocimiento del bien en el virtuoso es un conocimiento por "connaturalidad". Más aún, las virtudes "no sólo nos permiten actuar bien, sino también reaccionar bien" (Granados, 2014, p. 315), puesto que sabemos por experiencia que muchas veces actuamos sin haber decidido conscientemente algo… De esta manera, lo que amamos (el bien), nos configura de tal modo que no siempre la elección será racional, sino que antes ha habido una elección, cuando se ha escogido aquello digno de ser amado por sí mismo (Pérez-Soba, 2018).

Por lo general la palabra virtud, como la mayoría de las palabras con alguna profundidad existencial, ha perdido su real significado al punto de simplemente entenderse como "la 'honradez' o 'corrección' de una hacer u omitir aislado" (Pieper, 2017, p. 19), comprendiéndose como un modo de comportarse externo. Esto se debe, en gran parte, a que prima una visión en donde el hombre y su acción no parecen estar intrínsecamente unidos. La acción del sujeto, más que un "acto del hombre" (*actus hominis*) —es decir, un acto libre y racional, donde el sujeto escoge una acción proporcionada a un fin que desea—, se comprende como un simple "acto humano" (*actus humanus*) —es decir, como una acción inconsciente y automática que el sujeto lleva a cabo sin la participación de su potencia racional y volitiva—, y por lo tanto el que el acto sea correcto depende de si se ajusta en mayor o menor medida a una ley extrínseca.

La virtud verdadera implica el *ser* de la persona, eso es lo que busca remarcar la idea de carácter dentro de una educación de las virtudes: quiere decir que nuestras acciones, en el fondo implican una elección, y ponen en juego nuestra libertad, van configurando nuestro ser… nos otorgan una especie de segunda naturaleza:

> […] aquello que se realiza conforme a las virtudes no se realiza con justicia o con templanza porque estas mismas acciones sean de una determinada manera, sino porque, además, las realiza el agente estando de una determinada manera: en primer lugar, si actúa con conocimiento; después, si lo hace por elección y si las elige por ellas mismas; y, en tercer lugar, si también las realiza manteniéndose firme e inconmovible (Aristóteles, 2014, p. 81).

De este modo, las virtudes morales, —las intelectuales caen en otra categoría— son un elemento integrador del ser humano, ya que permiten que la parte apetitiva (tanto su voluntad, comprendida como apetito inteligible, como las pasiones) participe del juicio de la razón sobre lo que es un verdadero bien, y por tanto escoja los bienes operables, esto es, las "acciones", que mejor le permitirían alcanzar y salvaguardar esa felicidad que es digna de su naturaleza racional.

No basta con que la persona sepa que algo es bueno o malo, sino que lo importante es que la persona actúe en consonancia con ese bien. Nuestra experiencia moral cotidiana pone de manifiesto cómo muchas veces nos encontramos con la incapacidad para realizar el bien que conocemos. Esto se debe a que no basta con que nuestro intelecto sea capaz de identificar el bien y la verdad, sino que debe "amarlos", debe contar con un "apetito recto" que lo lleve a realizar ese bien, no sólo como un deber, sino con un gozo interior (*STh*. I-II, q.50 a.5.). Este apetito recto lo garantiza la virtud, específicamente las virtudes cardinales: prudencia, justicia, fortaleza y templanza.

4. APORTES A LA CONCEPCIÓN DE LA VIRTUD EN LA PSICOLOGÍA POSTITIVA DESDE UNA ANTROPOLOGÍA CRISTIANA

La visión de la virtud desde la PP y de la tradición cristiana tienen claros puntos de encuentro, al beber de fuentes comunes, como Aristóteles. Para ambos, el fin de la existencia del hombre y la causa de la felicidad es la vida buena, entendida como la excelencia en la virtud (Aristóteles, 2014).

La PP suele hablar de virtudes y fortalezas dentro de un contexto utilitario-hedonista, buscando también la eudaimonía, pero en referencia a uno mismo, sin una apertura a los demás dentro de una relacionalidad, mientras que la perspectiva cristiana sobre la virtud se ordena a la comunión interpersonal, especialmente a la comunión con Dios mediante la caridad.

La PP concibe también las virtudes, ante todo, como potencialidades, *fortalezas,* que deben ser entrenadas de una manera voluntaria a modo de refuerzo. Vemos que carece entonces de la intencionalidad que distinguió a Aristóteles y que ha sido rescatada por Anscombe (1966). El filósofo griego juzgaría la posición de Seligman como la propia del continente más que del virtuoso. La debilidad de esta forma de entender las virtudes se encuentra en que no parte de una antropología que integre todos los aspectos de la acción humana. En particular, no integra el papel que en ello juegan también las pasiones, tan importantes en Aristóteles y que han sido enriquecidas en la tradición cristiana posterior, sobre todo por Santo Tomás que ahonda en ellas, especialmente en la correlación que hay entre el deseo y el amor, en donde ve el origen de toda acción.

Esta consideración antropológica cambia el panorama sobre la virtud. La moral no tiene ya que ver con una búsqueda de "virtuosismo" como disposición mental positiva, que es lo propio de la PP, que puede entenderse como perfección personal, sino como una educación del deseo y una educación en el amor, que busca salvaguardar nuestro verdadero bien, que incluye también los vínculos personales: la comunión con los demás y con Dios. En este sentido, para educar moralmente, se deberá tener claro que siempre ganará el "amor más fuerte" y que, por ello, hay que enseñar a amar lo verdaderamente digno de ser amado (Pérez-Soba, 2018). Esto no se logra a base de argumentos ni de la mera repetición de actos externos, sino que es necesario atraerlos mediante la belleza y la plenitud de sentido. Esto se da al llevar una vida buena y virtuosa que permitirá se desarrollen como personas, y repercutirá positivamente dentro de la comunidad a la que pertenecen.

La perspectiva cristiana ofrece a la PP una propuesta antropológica profunda, capaz de abarcar todo el movimiento afectivo integrando, por un lado, el deseo a través de la acción virtuosa orientada al bien y, por otro, fomentando las relaciones interpersonales capaces de construir una vida en comunión. La PP, no es siempre capaz de invitar a construir una verdadera comunión, sino que simplemente "pone piezas juntas", pero sin unirlas. La virtud no solo junta, sino que une. Y esta unión es lo que hace crecer a las personas. Es en la construcción de esta relación interpersonal donde encontramos aquello para lo que estamos hechos: la *communio personarum* (Melina, 2001). El cristianismo puede ofrecer esta perspectiva porque procede de la esperanza de una promesa que consiste propiamente en una compañía: "Yo estaré con vosotros todos los días". La presencia de Cristo en la vida de los hombres es la garantía de poder construir algo sólido. Pues si de algo tenemos experiencia, y así nos lo muestra también la historia, es de la fragilidad de las relaciones humanas. La psicología positiva, en cambio, ofrece una respuesta reducida de la acción humana por no integrar el deseo, la intencionalidad y la referencia al bien, dando muchas veces respuestas no perdurables en el tiempo por carecer de cimientos sólidos sobre los cuales construir la acción por no partir de una taxonomía con una teoría que la sustente.

5. CONCLUSIONES Y PROSPECTIVAS

Ante una situación socio-cultural como la que nos encontramos, en la que vemos la vaciedad de la vida de las personas, a pesar de que aparentemente llevan una "vida feliz", hemos de ser capaces de proponer no solo respuestas momentáneas, sino de invitar a un análisis de la realidad humana.

La fragilidad de las relaciones humanas no puede ser obstáculo para desistir de aquello que llevamos inscrito en nuestro corazón, el deseo de una comunión personal, de relaciones verdaderas y profundas, estables, firmes, seguras, capaces de arrostrar nuestras propias fragilidades.

Es, a través de estas relaciones, que podemos arrancar a la virtud de una comprensión voluntarista, extrínseca y colocarla convenientemente en el ámbito de las relaciones interpersonales.

Con la intención de no perder rigor científico, la PP ha buscado ser meramente descriptiva de la moral y no prescriptiva con sus respectivas consecuencias (Kristjánsson, 2012). Como prospectiva, se proponen analizar los presupuestos epistemológicos desde los que se aborda la virtud en la PP para definir posibles caminos para desarrollar una propuesta científica de la virtud desde una psicología cristiana.

BIBLIOGRAFÍA

Abbà, G. (1992). *Felicidad, vida buena y virtud*. EUNSA.

Alarcón, R., & Morales, C. (2012). Relaciones entre Gratitud y Variables de Personalidad. *Acta de Investigación Psicológica, 2*(2), 699-712.

Anscombe, E. (1966). *Intention.* Basil Blackwell.

Aristóteles. (2014). *Ética a Nicómaco*. Alianza.

Barrio, J. (2010). *Elementos de antropología pedagógica.* Rialp.

Botturi, F. (2013). Persona come soggetto relazionale generativo. En J.J. Pérez-Soba y P. Galuska (Eds.), *Persona e natura nell'agire morale* (pp. 261-275). Cantagalli.

Botturi, F., & Vigna, C. *(2004). Affetti e Legami.* V&P Universita.

Catecismo de la Iglesia Católica. (2017). *PPC.*

Gancedo, M. (2007). Virtudes y Fortalezas: El revés de la trama. *Psicodebate. Psicología, Cultura y Sociedad, 7,* 67-80.

Kristjánsson, K. (2012). Virtue Development and Psychology's Fear of Normativity. *Journal of Theoretical and Philosophical Psychology, 32*(2), 103-118.

Lickona, T. (2004). *Character matters: how to help our children develop good judgment, integrity, and other essential virtues*. Simon & Schuster.

MacIntyre, A. (2001). *Tras la virtud*. Planeta.

Melina, L. (2001). Obrar por el bien de la comunión. En L. Melina, J. Noriega, y J.J. Pérez-Soba (Eds.), *La plenitud del obrar cristiano* (pp. 379-401). Palabra.

Pérez-Soba, J. J. (2018). *Vivir en Cristo, la fe que actúa por el amor*. BAC.

Pesci, F. (2010). *Desidero, beni, virtù, felicità: la teroria mimetica de Renè Girard e l'educazione contemporanea*. Lithos.

Peterson, C., & Seligman, M. (2004). *Character Strengths and Virtues: A handbook and classification.* Oxford University Press.

Seligman, M. (2003). *La auténtica felicidad. Vergara.*

Seligman, M. & Csikszentmihalyi, M. (2000). Positive Psychology: An Introduction. *American Psychologist, 55,* 5-15.

Seligman, M. & Peterson, C. (2007). Psicología clínica positiva. En L. Aspinwall, & U. Staudinger, *Psicología del potencial humano* (pp. 409-425). Gedisa.

Vega, L. (2010). Análisis psicohistórico de la obra de Martin E. P. Seligman. *Tesis Doctoral: Universidad Complutense de Madrid.*

CAPÍTULO 4
SAN JUAN DE LA CRUZ Y LA PSICOLOGÍA CONTEMPORÁNEA

Ignacio Andereggen
Pontificia Universidad Católica Argentina
Pontificia Università Gregoriana
andereggen@unigre.it

¿Por qué San Juan de la Cruz? Porque es un autor fundamental para comprender en la práctica cómo se desarrolla nuestra vida y la vida humana en general. San Juan de la Cruz es una de las contribuciones capitales de España a la cultura universal. Por otro lado, como Doctor de la Iglesia, aportó grandemente a la vida de la Iglesia en su conjunto. Es de una importancia comparable a la de San Agustín y a la de Santo Tomás de Aquino, muy especialmente por lo que se refiere a la evolución psíquica global de la persona humana y, en cierta manera, también de las comunidades y de la Iglesia.

En primer lugar, haremos una reflexión de tipo general a partir de la doctrina de San Juan de la Cruz sobre las virtudes y la evolución tanto psíquica como espiritual, para luego referirnos a la valencia moral y espiritual de las pasiones, especialmente de la tristeza, el dolor, el gozo y la esperanza, de las cuales habla San Juan de la Cruz. En segundo lugar, veremos algunos problemas prácticos en la vida cristiana referidos a la psicología. Al final haremos una aplicación particular de la doctrina de San Juan de la Cruz a un tema capital en la psicología, especialmente en las distintas corrientes psicoterapéuticas, que es el tema de la memoria: sería qué hay que hacer con la memoria, con los recuerdos.

1. DOCTRINA DE SAN JUAN DE LA CRUZ

1.1 La virtud

La doctrina acerca de la virtud, especialmente en el pensamiento de Santo Tomás de Aquino - que a su vez se refiere a la filosofía clásica y, sobre todo, a Aristóteles - es que sin virtud no hay normalidad psíquica; sin virtud no hay madurez; sin virtud no crecimiento, ni armonía política o social, como diría Aristóteles.[1] Es decir, que sin virtud no hay buena relación con los demás. Está claro que el tema de la virtud - rectamente entendida - es capital en psicología, lo cual supone que se tenga una adecuada noción de la virtud, y que no se la tome simplemente como una disposición externa en la conducta humana. San Juan de la Cruz nos ayuda a comprender en la práctica el papel de las virtudes principales que conocemos a partir de la revelación. Estas son la fe, la esperanza y la caridad. Sin estas tres virtudes teologales no se puede realizar perfectamente la vida humana. Esto no es una cuestión solamente teórica; es bien práctica. En la realidad, las personas que no tienen caridad poseen todas las otras virtudes de manera imperfecta. Santo Tomás explica muy bien cómo cualquier virtud humana adquirida es imperfecta si no está la gracia y, en última instancia, si no están las virtudes teologales[2], principalmente la caridad, que es la forma de todas las virtudes.[3]

Que es la *forma* significa que les da el ser a las otras virtudes; que las otras virtudes no llegan a ser perfectamente tales sin la caridad[4] y, por tanto, sin la fe, porque no existe la caridad sin la fe y sin la esperanza que está intrínsecamente unida con ella.[5] En última instancia, estas tres virtudes remiten a la vida trinitaria, de la cual participamos por la gracia, que es la única que restaura efectivamente la naturaleza humana. San Juan de la Cruz nos recuerda de un modo muy vivo cómo la gracia es necesaria para la perfección de la naturaleza humana; no sólo para algo más, sino para su propia perfección natural. Es decir, que no puede existir normalidad humana o normalidad psíquica - como se la quiera llamar -, si no existe la gracia de Dios.[6] Esto no quiere decir, por supuesto, que todos los actos humanos y

[1] Aristóteles, *Política,* l. VII, 1323b: “Es imposible que le salgan bien las cosas a los que no obran bien, y no hay obra buena ni del individuo ni de la ciudad sin virtud y prudencia.”

[2] Santo Tomás de Aquino, *Quaestiones disputatae de veritate,* q. 27, a. 5, ad 5: “et sic caritas dicitur esse forma omnium aliarum virtutum.”

[3] Id., *Summa theologiae,* I-II, q. 65, a.2, c.: “Unde manifestum fit quod nec prudentia infusa potest esse sine caritate; nec aliae virtutes morales consequenter, quae sine prudentia esse non possunt.”

[4] *Ibidem*: “solae virtutes infusae sunt perfectae, et simpliciter dicendae virtutes, quia bene ordinant hominem ad finem ultimum simpliciter. Aliae vero virtutes, scilicet acquisitae, sunt secundum quid virtutes”.

[5] *Ibidem,* a. 5, c.: “Et sic caritas sine fide et spe nullo modo esse potest.”

[6] I. Andereggen, *El principio tomista “gratia non tollit naturam sed perficit eam” y su aplicación a la actividad de la psicología y la terapia psicológica.*

las disposiciones humanas sean malas si no está la gracia. Quiere decir que no se puede evitar el mal sin la gracia; que no se pueden evitar todos los vicios sin la gracia; y que finalmente la vida humana queda desequilibrada si falta esta vida divina.

San Juan de la Cruz ilustra profundamente acerca de la función, en primer lugar, de la fe. La fe es luz que viene de Dios, luz oscura para nosotros - como la recibimos nosotros -, "rayo de tiniebla"[7] dice refiriéndose a la tradición patrística, a Dionisio el Areopagita. La fe es un hábito cierto y oscuro. Dice él: "a modo de la fe, en la cual amamos a Dios sin entenderle".[8] Esta definición negativa de fe es perfectamente tradicional, pero al mismo tiempo es muy eficaz para hacer entender cómo, sin lo que el mismo Doctor Místico denomina noche oscura, es imposible la verdadera transformación humana y, por tanto, el verdadero camino que lleva a la perfección de la propia naturaleza humana y, sobre todo, la perfección de la vida divina en nosotros, que es nuestro fin, puesto que estamos llamados a la beatitud eterna. Toda realidad se entiende desde el fin. El fin es la causa de las causas[9] y, por esto, especialmente en la vida humana, el fin es lo principal. El fin es la beatitud, y el comienzo de la beatitud, que para nosotros es oscuro, es la fe.[10] Por eso, sin la aceptación de esta oscuridad, sin la configuración de toda nuestra vida humana como vida misteriosa, como vida radicada en el misterio, como vida radicada en algo que no conocemos, es imposible que haya verdadera armonía y que haya verdadero crecimiento.

1.2. La evolución mística

Esto nos lleva al segundo tema: la evolución psíquica o la evolución mística. El gran teólogo español de Salamanca, Juan Arintero, escribió un libro famoso: *La evolución mística,* basado sobre la concepción tradicional de la verdadera vida mística y muy especialmente sobre la doctrina de San Juan de la Cruz. La evolución mística no coincide con la evolución humana natural, es decir, con el desarrollo de la vida humana que es posible a partir de las virtudes naturales, de las virtudes adquiridas. El desarrollo místico es inmensamente más intenso, inmensamente más elevado. No hay comparación entre la distancia que hay en la vida de una persona desde que es niño hasta que es adulto perfectamente desarrollado, con la que hay entre alguien que tiene inicialmente la gracia y alguien que tiene esa gracia de modo perfecto.

---

7 San Juan de la Cruz, *Subida del Monte Carmelo,* l. II, c. 8, n. 6; *Noche oscura,* l. II, c. 5, n. 3.

8 Id., *Cántico espiritual,* prólogo, n. 2.

9 Santo Tomás de Aquino, *Summa theologiae,* I, q. 5, a. 2, ad 1.

10 2 Cor. 5, 6-7: "dum sumus in corpore, peregrinamur a Domino; per fidem enim ambulamus et non per speciem." Santo Tomás de Aquino, *Summa theologiae,* II-II, q. 4, a. 1, c: "prima inchoatio rerum sperandarum in nobis est per assensum fidei".

Ahora bien, esta evolución mística produce al mismo tiempo una evolución natural.[11] No son aspectos separados. Es imposible que haya verdadera evolución mística si no hay una transformación en la naturaleza. Santa Teresa de Ávila, con su mente práctica, lo expresa de manera eficaz: es como cuando el gusano se transforma en mariposa.[12] Así sucede en la vida humana. Es un cambio muy notable, que es observable también externamente. Este aspecto tiene gran relevancia en la psicología, no sólo en la psicología constituida de modo teórico, sino también en la psicología práctica y en la psicoterapia.

1.3. Las pasiones: gozo, esperanza, tristeza y dolor

Otro aspecto fundamental que aparece en la obra de San Juan de la Cruz es la valoración de las pasiones. Las pasiones son varias, Santo Tomás pone una lista más extensa de las pasiones,[13] pero San Juan de la Cruz las reduce a las fundamentales: tristeza, dolor, gozo y esperanza.[14] En el campo de la psicología moderna se realiza muy especialmente una observación y una práctica referida a las pasiones de la tristeza y del dolor. En esta observación y en esta práctica se supone, de modo absoluto, que estas pasiones son un mal para la persona. Es decir, que, si una persona padece tristeza y dolor - en sentido amplio -, eso significa que está mal y que hay que eliminar la tristeza y el dolor. San Juan de la Cruz, sobre la base de la filosofía tradicional tomista, pero, sobre todo, sobre la base de la observación espiritual, nos enseña que la tristeza y el dolor tienen su función en la vida humana.

Ya tienen su función en el orden natural. Sería imposible la vida humana, incluso la misma conservación del individuo y de la especie, si no hubiese tristeza y dolor. Por otra parte, la tristeza y el dolor, como las otras pasiones, no tienen en sí mismas una significación moral. [15] No son ni buenas ni malas. Las pasiones son lo que son en su orden, es decir, en el orden de la vida animal o de la vida psíquica, es decir, de la vida del viviente determinada por un alma: sea un alma corruptible e inseparable del cuerpo, como se da en los animales, o sea un alma perfecta y se-

---

11 Cf. J. Arintero, *La evolución mística*.

12 Santa Teresa de Ávila, *Moradas,* moradas V, c. 2-3.

13 Santo Tomás de Aquino, *Summa theologiae,* I-II, q. 23, a. 4, c.: "Sic igitur patet quod in concupiscibili sunt tres coinugationes passionum, scilicet amor et odium, desiderium et fuga, gaudium et tristitia. Similiter in irascibili sunt tres, scilicet spes et desperatio, timor et audacia, et ira, cui nulla passio opponitur."

14 San Juan de la Cruz, *Subida del Monte Carmelo,* l. I, c. 13, n. 5; l. III, c. 16, n. 2; *La noche oscura,* l. I, c. 13, n. 15; *Cántico espiritual A,* canción 17, n. 14; canción 29, n. 1. Aunque téngase en cuenta que Santo Tomás dice que podrían las anteriores reducirse a estas cuatro como principales. *Summa theologiae,* I-II, q. 25, a. 4, c.: "Omnes autem aliae passiones, quae sunt de bono vel de malo praesenti vel futuro, ad has completive reducuntur. Unde etiam a quibusdam dicuntur principales hae praedictae quatuor passiones".

15 *Ibidem,* q. 24, a. 1, c.: "Si igitur secundum se considerentur, prout scilicet sunt motus quidam irrationalis appetitus, sic non est in eis bonum vel malum morale".

parable del cuerpo, como es el alma humana. Las pasiones tienen su función en su orden, que es el de la vida biológica y en la relación con los otros animales - comprendidos también los hombres -, y en la relación con el mundo material.

Ahora, si entendemos estas pasiones desde una perspectiva superior, ya encuentran otra colocación. Por supuesto, esto se puede entender mal, como hicieron los estoicos, que pretendían eliminar todas las pasiones. Pero se puede entender bien, como lo hicieron Aristóteles[16] y Santo Tomás[17] en sus filosofías. Sobre todo, se puede entender una función superior, una función que podríamos denominar teológicamente *obediencial*[18] respecto de una vida superior, que es la vida de la gracia, la vida espiritual. San Juan de la Cruz nos hace entender que es imposible el crecimiento espiritual - y por lo tanto el crecimiento humano - sin estas pasiones; no sólo sin el gozo y la esperanza, que son necesarias, sino también sin la tristeza y sin el dolor.[19] Esto lo hace entender de una manera cristiana, es decir, en referencia a la pasión de Cristo. De esta manera, la noche oscura, de la cual habla él, no es solamente la infusión de la fe que es oscura para nosotros, sino también una participación en la pasión de Cristo, que es necesaria para todos los hombres.[20] Por eso el Concilio Vaticano II, en su constitución pastoral *Gaudium et spes*, comienza justamente con estas palabras: "Los gozos y las esperanzas, las tristezas y las angustias de los hombres de nuestro tiempo, sobre todo de los pobres y de cuantos sufren, son a la vez gozos y esperanzas, tristezas y angustias de los discípulos de Cristo."[21]

¿Qué quiere decir esto? Que finalmente todo el dolor, toda la tristeza, - pero también todos los gozos y todas las esperanzas que hay en el mundo -, incluso en el orden de la vida sensitiva, en el orden de la vida psíquica, están destinados; tienen una finalidad, que es la de la vida de la gracia, que se vive perfectamente en la Iglesia, cuerpo místico de Cristo. Por eso San Juan de la Cruz nos enseña cómo la fe no puede crecer sin la pasión, que es finalmente la pasión de Cristo: Cristo nos salva por el dolor, por su tristeza, y Cristo también nos salva por su alegría, por su gozo, que es finalmente definitivo.

---

16 Aristóteles, Ética a Nicómaco, l. II 1106b: "si tenemos estas pasiones cuando es debido, y por aquellas cosas y hacia aquellas personas debidas, y por el motivo y de la manera que se debe, entonces hay un término medio y excelente; y en ello radica, precisamente, la virtud."

17 Santo Tomás de Aquino, *Summa thelogiae,* I-II, q. 24, a. 3, c.: "Unde, cum appetitus sensitivus possit obedire rationi, ut supra dictum est, ad perfectionem moralis sive humani boni pertinet quod etiam ipsae passiones animae sint regulatae per rationem."

18 Id., *Quaestiones disputatae de virtutibus*, q. 1, a. 10, ad 13: "in tota creatura est quaedam potentia obedientialis, prout tota creatura obedit Deo ad suscipiendum in se quidquid Deus voluerit."

19 San Juan de la Cruz, *Subida del Monte Carmelo,* l. II, c. 16, n. 5: "De estas afecciones nacen al alma todos los vicios e imperfecciones que tiene cuando están desenfrenadas, y también todas sus virtudes cuando están ordenadas y compuestas."

20 *Ibidem,* c. 29, n. 9: "obrar de veras, y padecer imitando al Hijo de Dios en su vida y mortificaciones; que éste es el camino para venir a todo bien espiritual".

21 Concilio Vaticano II, *Gaudium et spes,* n. 1.

2. PROBLEMAS PRÁCTICOS EN LA VIDA CRISTIANA

¿Cómo entramos nosotros en Cristo? Por medio de la noche oscura. Como decía Dionisio: "Se captan las cosas divinas, no sólo aprendiendo, sino también padeciendo estas mismas cosas divinas".[22] *Patere divina*, padecer las cosas divinas, tiene un significado práctico, un significado real. No se puede hacer psicología, especialmente cuando esta psicología está dirigida a personas que son cristianas - que han recibido la gracia y, por tanto, el germen de una evolución mística -, si no se considera esta pasión.

Esto nos acerca a ciertos problemas prácticos que suceden en la vida cristiana. La consideración de toda la doctrina de San Juan de la Cruz nos permite muy especialmente captar cómo existe una problemática especial en las personas cristianas que no puede ser asimilada a la problemática que existe, en general, en las personas que no tienen fe, o que viven prescindiendo de la fe, o que separan la fe de la vida normal, dándole preeminencia a esta "pseudo-vida normal", que no es otra cosa que la copia de la vida corriente.

2.1. La falta de psicólogos formados

Existe un problema general a este nivel en la psicología contemporánea, y que presentándose como ciencia - o como varias ciencias, según los casos y según las diferentes corrientes -, pretende ser neutral desde el punto de vista religioso. Esto se da muy particularmente en las corrientes psicológicas desarrolladas en los Estados Unidos, aunque en gran medida tienen raíz europea, como en Watson y otros. En Estados Unidos existe un condicionamiento cultural muy especial que hace que estas psicologías tiendan a ser religiosamente neutrales, y esto es muy evidente. Es decir, el pluralismo religioso que existe allí hace que, si por una parte se desarrollan ciertas formas de psicología que aprecian vagamente la religión, por otra parte, esta religión está tomada en un sentido muy poco profundo y muy poco preciso. Especialmente la dimensión religiosa está tomada en un sentido muy alejado de lo que es la verdadera religión, es decir, la religión católica, y lo que nos enseña la fe universal acerca de lo profundo de la vida humana.

En este sentido, ha habido documentos de la Iglesia muy importantes que han advertido sobre este problema, especialmente en los años 60´, en que era tan profunda la influencia de las corrientes psicoanalíticas de Freud. Por ejemplo, el Santo Oficio de la época prohibió a los religiosos que ejercitarán la función de psicoanalistas - entendiendo por psicoanalista también al psicólogo - y prohibió acceder

---

[22] Dionisio Areopagita, *De divinis nominibus*, c. II, 9. Santo Tomás toma esta frase repetidas veces, como en *Summa Theologiae*, II-II, q. 45, a. 2, c.; I-II, q, 22, a. 3, ob. 1; I, q. 1, a. 6, ad 3: "Non solum discens, sed et patiens divina."

a la terapia psicoanalítica o psicológica sin el permiso de los superiores.[23] Mucho más adelante, hace pocos años, la Congregación para la Educación Católica formuló un documento sobre el acceso de los religiosos o de los que están en formación para la vida religiosa o sacerdotal, respecto de la terapia psicológica, poniendo condiciones muy claras que corresponden a lo básico de la doctrina moral católica. Muy especialmente señala un punto referido a la necesidad de recurrir a los psicoterapeutas con formación verdaderamente cristiana integral en este campo. De lo cual se deduce que, si no se los encuentra en un determinado contexto, es mejor no recurrir a ellos.[24] Si no hay, hay que formarlos[25], cosa que es muy difícil. No se puede recurrir simplemente a cualquier psicoterapeuta por el hecho de que lo es y de que se presenta con una calificación científica.

2.2. El estado espiritual

Sin embargo, lo más importante es lo que sucede permanentemente en la vida de los cristianos, y me refiero no solamente a los religiosos o a los seminaristas, sino a todos los que tienen vida cristiana, y que son en su mayoría los laicos. ¿Qué sucede en los laicos cuando tienen vida cristiana y se desencuentran con el mundo? Suceden muchas cosas, muchos problemas. Uno de los inconvenientes más graves que suceden, es que muchas veces no existen padres espirituales que los sepan guiar. Es decir, que aquellos mismos que deberían ser los encargados de hacerlos crecer, de discernir su problemática, de acompañarlos, no están en condiciones de hacerlo. Esto se debe muchas veces a la falta de formación, a la falta de conocimiento de la profunda tradición católica: de los Padres de la Iglesia y de los grandes autores como Santo Tomás de Aquino y San Juan de la Cruz. Por eso es necesario que el psicólogo tenga una formación específica en este campo, muy especialmente si debe tratar a personas cristianas. Es imprescindible para toda persona, por lo que ya dijimos: porque todas están llamadas a la fe en Cristo, pero esta formación es especialmente necesaria para captar la problemática específica de la vida cristiana cuando esta crece y se acerca a una plenitud.

¿Qué es lo que sucede en esta vida? Si hay fidelidad a la gracia, lo que sucede es la noche oscura de San Juan de la Cruz, de una manera o de otra. De una manera más interna, especialmente si hay una llamada a la vida consagrada y

23 Suprema Sacra Congregatio Sancti Officii, *Acta Apostolicae Sedis* 53 (1961), p. 571: "Clericis et religiosis interdicitur ne munere psychoanalystarum fungatur, ad mentem can. 139, par. 2. [...] Sacerdotes et utriusque sexus Religiosi psychoanalystas ne adeant nisi Ordinario suo gravi causa permittente."

24 Congregación para la Educación Católica, *Orientaciones en el uso de las competencias de la psicología en la admisión y en la formación de los candidatos al sacerdocio,* n. 6: "deben inspirarse en una antropología que comparta abiertamente la concepción cristiana sobre la persona humana, la sexualidad, la vocación al sacerdocio y al celibato".

25 *Ibidem.*

sobre todo a la vida contemplativa; y de una manera que corresponde más a la interacción externa si hay una inserción en la vida temporal como normalmente sucede con los laicos. De cualquier modo, siempre hay una resonancia exterior, una resonancia en las relaciones humanas. Ante todo, hay una resonancia en el mundo afectivo interior. En la práctica esto quiere decir que hay una transformación interna en la cual se pierde el gozo y la esperanza, así como se las tenía en una etapa anterior. Quiere decir que muchas veces prevalece, en la conciencia global del sujeto, la angustia y el dolor. El peligro es que el recurso a la psicoterapia - sobre la base de que siempre hay que estar alegres y contentos, lo que se da como un presupuesto indiscutible - profundice el problema espiritual y desoriente. Es un peligro el que se juzgue de una manera inconsistente y superficial que ese estado es patológico.

Por ejemplo, Victor Frankl tiene en sus obras un texto donde relata que le encomendaron el caso de una carmelita descalza - es decir, una discípula de San Juan de la Cruz, conocedora y buscadora de la noche oscura - que se sentía mal y que decía que prefería morirse.[26] Por supuesto Frankl, que era judío de origen, no entendía qué significaba esto y allí se olvidó de su logoterapia, de su recurso a la palabra y la búsqueda del sentido de la vida para comenzar a darle medicación. Juzgó que era profundamente patológico el estado de la carmelita y que había que medicarla para resolver la situación y así evitar las tendencias que tenía. Esto significa que ni los superiores de la carmelita ni el psicoterapeuta - en este caso Frankl - entendieron en profundidad la situación, porque no tenían los medios - sobre todo Frankl -, para entender lo que pasaba. De una manera análoga se puede razonar acerca de situaciones que se dan corrientemente. Por ejemplo, en el crecimiento espiritual de los jóvenes que tienden a una perfección espiritual por el impulso mismo de la gracia. La gracia contiene en sí este impulso, este instinto, esta energía para llevarse adelante.

Si no se encuentra una guía adecuada en el ambiente cristiano, en los sacerdotes, y tampoco en los psicólogos - a los cuales muchas veces estas personas recurren por desorientación -, puede suceder algo muy negativo. Hasta puede suceder la pérdida de la vida cristiana, porque se entiende que ese estado es patológico, que es anormal, que esta persona se siente mal y debería sentirse bien, y que por tanto tiene que cambiar su vida en el sentido de buscar una satisfacción afectiva por otros caminos que son distintos del de su vida cristiana y del de su evolución interior. Por eso es tan importante que los psicoterapeutas dedicados a la práctica tengan un conocimiento específico de las leyes de la evolución espiritual; leyes que están formuladas de una manera muy excelente por San Juan de la Cruz en sus obras.[27]

---

[26] V. Frankl, *En el principio era el sentido,* p. 51-52.

[27] Por supuesto, no es el único autor, hay muchos otros, pero es el autor que tiene una visión entera de esta evolución espiritual y la analiza de un modo teológico y también filosófico que permite que se la pueda aplicar universalmente. No es una descripción de fenómenos

3. APLICACIÓN DE ESTA DOCTRINA A LA MEMORIA

Con esto pasamos a una aplicación espiritual al tema de la memoria. San Juan de la Cruz nos enseña que es necesario purificar toda el alma, toda la persona - porque el alma está unida con el cuerpo - y, por tanto, es necesario purificar las pasiones. Esto se da principalmente en la noche oscura del sentido. Pero también es necesario purificar el mismo espíritu, porque si el espíritu no está purificado, tampoco se purifica la sensibilidad. Expresado de otra manera, no hay solución radical a los desequilibrios humanos si no se llega a la perfección espiritual.

En su obra capital *La naturaleza y la educación del carácter*, Rudolf Allers señala: "Sólo el santo está más allá de la neurosis".[28] ¿Y qué se entiende por santo? Santo es aquel que ha llegado, como dice San Juan de la Cruz - y toda la tradición espiritual -, a la vía unitiva, es decir, a la perfección espiritual.[29] Es una perfección en la cual no existen hábitos de pecado venial ni de pecado mortal y hay una perfecta configuración a la vida de la Santísima Trinidad. Por eso, es absurdo lo que dicen algunos acerca de que es posible que haya santos neuróticos - como se dice de Santa Teresita, aunque era santa -. Estas son observaciones muy superficiales que vienen del hecho de que no se entiende la conexión entre las manifestaciones externas - sobre todo en sentido evolutivo de la vida de una persona - y los fenómenos más interiores que proceden de la acción de la gracia.

Cuando el santo efectivamente está en la unión mística con Dios y está en la perfección espiritual - a la cual todos estamos llamados -, todas las manifestaciones de su personalidad son armónicas. Por supuesto, esto requiere crecimiento. El santo no toda su vida fue santo; es santo cuando se prepara a la unión definitiva con Dios. Según San Juan de la Cruz, llegar a esta perfección mística requiere la perfecta purificación de todas las potencias humanas: tanto las inferiores como las superiores. Siguiendo a San Agustín las potencias superiores son tres: la memoria, el entendimiento y la voluntad, donde está, según Agustín, la perfecta imagen de Dios, especialmente cuando se ejercitan los actos sobrenaturales referidos al conocimiento de la Trinidad.[30]

---

interiores, como sucede con Santa Teresa de Ávila, que no formula sus observaciones de una manera teórica y universal. San Juan de la Cruz sí lo hace y, por tanto, es un autor que sirve para todas las épocas, porque el conocimiento intelectual, sobre todo el elevado por la fe, trasciende el tiempo y es aplicable a todas las circunstancias con las debidas adaptaciones prudenciales.

28 R. Allers, *Naturaleza y educación del carácter,* p. 510.

29 San Juan de la Cruz, *Cántico espiritual B,* canción 1, n. 2: "la vida unitiva, que es la de los perfectos, donde se hace el matrimonio espiritual".

30 San Agustín, *De Trinitate,* l. XIV, 7: "in tribus potius illis imago ista cognoscitur, memoria scilicet, intelligentia, voluntate"; San Juan de la Cruz, *Subida del Monte Carmelo*, l. II, c. 6, n. 1: "las tres potencias del alma, entendimiento, memoria y voluntad".

3.1. La memoria en el psicoanálisis

Me centraré en el problema de la memoria. Aquí no se habla de la memoria en el sentido meramente sensitivo, como un sentido interno. Se habla de la memoria como una potencia espiritual preparada finalmente para ser imagen del Padre, es decir, del origen de la vida divina. San Juan de la Cruz dice que esta memoria requiere ser vaciada; vaciada en el orden sensitivo y vaciada en el orden espiritual.[31] ¿Qué nos indica esto? En primer lugar, indica algo que aparece inmediatamente opuesto al método más establecido de la psicología "clásica" del siglo XX, especialmente como ha sido difundida por Jean-Martin Charcot - un inspirador de Freud - y por Freud. Para estos autores - y para muchos otros que siguen esta tradición y prácticamente para todas las corrientes de la psicología contemporánea, incluyendo cognitivistas y otros -, se trata de actuar sobre recuerdos para que estos recuerdos no perturben la vida actual. Es decir, la memoria tiene una importancia capital.

Ahora, si se analiza directamente lo que dice Freud, todo el método psicoanalítico consiste en una especie de retorno al pasado para reformar lo que sucedió en el pasado - cuando el individuo tenía tal vez cinco años -. Esto se hace sobre la base de algo más extendido antes de Freud; la idea del trauma de Charcot.[32]

Es decir, ver qué pasó para reformar la conducta del sujeto en el presente. A primera vista, ya parece que esto es contrario a lo que decían muchos autores espirituales, por ejemplo, en el orden de la virtud de la templanza. Para crecer en la virtud de la templanza, especialmente en la castidad, no hay que recordar lo que pasó anteriormente, sino, por el contrario, olvidarlo.

3.2. La memoria en la espiritualidad cristiana

Esto es contrario a lo que indica la espiritualidad cristiana básica, es decir, perdonar. ¿Qué significa perdonar? Como dice el Levítico y lo recuerda Santo Tomás citando el Levítico: *perdonar significa olvidar*.[33] Olvidar quiere decir que el presente no está condicionado por el pasado, sino que, por el contrario, lo que sucedió

---

31 *Ibidem,* l. III, c. 2, n. 5: "Y entonces, a causa de esta unión, se vacía y se purga la memoria, como digo, de todas las noticias"; n. 14: "Y es que ordinariamente el espiritual tenga esta cautela: En todas las cosas que oyere, viere, oliere, gustare o tocare, no haga archivo ni presa de ellas en la memoria, sino que las deje luego olvidar, y lo procure con la eficacia, si es menester, que otros acordarse; de manera que no le quede en la memoria alguna noticia ni figura de ellas, como si en el mundo no fuesen, dejando la memoria libre y desembarazada, no atándola a ninguna consideración de arriba ni de abajo, como si tal potencia de memoria no tuviese, dejándola libremente perder en olvido, como cosa que estorba."

32 AA. VV., *Enciclopedia filosófica*, vol. II, p. 1837.

33 Levítico XIX, 18: "Non eris memor iniuriae civium tuorum". Santo Tomás de Aquino, *Summa theologiae,* II-II, q. 25, a. 9, c.

en el pasado desaparece. ¿Por qué puede desaparecer? Porque es algo sensitivo. La memoria es una potencia sensitiva; no es, como la entiende la psicología contemporánea, una potencia espiritual. Como la entendemos cristiana y filosóficamente es también una potencia espiritual, pero no tiene el mismo sentido. Tiene el sentido de conservar aquello que es verdaderamente espiritual, pero los recuerdos del pasado no son espirituales. El pasado, como enseñaba San Agustín en sus *Confesiones*, no existe.[34] El pasado no tiene ser, no es real. El pasado existe solamente en la medida en que es presente; muy especialmente en la medida en que es presente en la sensibilidad. Esto, por supuesto, no significa que no hay que hacer ninguna referencia al pasado: también la memoria es una parte de la prudencia;[35] entonces, para actuar correctamente en el presente, tengo que tener también presentes recuerdos de lo que sucedió en el pasado. Pero justamente el objetivo del psicoanálisis y de muchas otras corrientes de psicología - que, aunque aparentemente tengan ideas opuestas, comparten presupuestos similares - es que el pasado de alguna manera es presente, y que hay que reformar la valoración del pasado. Es decir, hay que hacer un análisis distinto de lo que sucedió en el pasado, y para esto hay que hacer presente el pasado, hay que recordarlo.

El Papa Pío XII tiene otro documento muy importante de los años 50´, cuando se refería a los psicólogos y a los psiquiatras. Allí hace un discurso muy específico sobre este tema, y advierte sobre la inmoralidad del método psicoanalítico cuando se trata de revivir recuerdos de pecados pasados, por ejemplo, de desórdenes en la vida sexual.[36] Pero esto lo podemos entender de una manera más amplia y tal vez más profunda. ¿Qué sentido tiene hacer presente lo que está escondido en el pasado para que este pasado de alguna manera se resignifique? Esto es lo que hace concretamente el psicoanálisis.

Por su parte, Alfred Adler - que era discípulo de Freud - nos advierte acerca de este problema. Adler se dio cuenta, intuitivamente, que este método de Freud no funcionaba adecuadamente, porque no responde a lo más profundo del dinamismo humano. Dice Adler:

Contrariamente a lo que pretende Freud, no se trata de una realización de deseos infantiles ni de regresión lo que opera en el sueño, sino, simplemente, de una tentativa anticipada de conquistar seguridad; tentativa en la cual se utilizan recuerdos de la niñez tendenciosamente agrupados, sin relación alguna con deseos libidinales o sexuales infantiles. Se trata, pues, de un recurso psíquico que por lo común también el pensamiento lógico emplea. Lo que distingue esencialmente la neurosis, con sus sueños y divagaciones, del estado normal, es la tendencia, refor-

---

34 San Agustín, *Confessionum libri XIII,* l. XI, 20: "nec futura sunt nec praeterita".

35 Santo Tomás de Aquino, *Summa theologiae,* II-II, q. 49, a. 1, c.

36 Pio XII, *A los participantes en el XIII Congreso Internacional de Psicología Aplicada,* n. 10: "Puede suceder también que ciertas acciones expongan a un peligro de violar la ley moral; así, por ejemplo, el empleo de *tests* entraña en ciertos casos el peligro de producir impresiones inmorales".

zada por la ficción – también ella reforzada – a elegir los recuerdos que resultaron eficaces, es decir crear la perspectiva neurótica.[37]

Es decir, para Adler lo que hace Freud con su método refuerza la neurosis, porque hace presente una selección de recuerdos de la vida pasada que están organizados por el sujeto en función de algo que es más profundo que los recuerdos mismos, que los traumas, y que es lo que quiere ahora, es decir, lo que está buscando en el presente, y esto es su propia superioridad, su propia autoafirmación.

Retornando a lo que dice San Juan de la Cruz, es necesaria una profunda purificación de la memoria para la verdadera vida espiritual y para la verdadera vida humana, para el crecimiento y la evolución adecuadas en el orden psíquico - entendiendo por psíquico todo lo que es humano, desde lo más espiritual hasta lo corporal -. Sin esta purificación de la memoria es imposible que se haga esta rectificación. Para concluir, tenemos un texto del mismo San Juan de la Cruz que invito a leer en su totalidad. Se encuentra en el capítulo II de la parte III de la *Subida del Monte Carmelo*:

En que trata de las aprehensiones naturales de la memoria y se dice cómo se ha de vaciar de ellas para que el alma se pueda unir con Dios según esta potencia. Necesario le es al lector advertir en cada libro de estos al propósito que vamos hablando, porque si no podranle nacer muchas dudas acerca de lo que fuere leyendo, como ahora las podría tener en lo que habemos dicho del entendimiento, y ahora diremos de la memoria y después diremos de la voluntad. Porque viendo cómo aniquilamos las potencias acerca de sus operaciones, quizá la parecerá que antes destruimos el camino del ejercicio espiritual que le edificamos, lo cual sería verdad si quisiésemos instruir aquí no más que a principiantes, a los cuales conviene disponerse por estas aprensiones discursivas y aprehensibles. Pero porque aquí vamos dando doctrina para pasar adelante en contemplación a unión de Dios, para lo cual todos esos medios y ejercicios sensitivos de potencias han de quedar atrás y en silencio, para que Dios de suyo obre en el alma la divina unión, conviene ir por este estilo desembarazado y vaciando y haciendo negar a las potencias su jurisdicción natural y operaciones para que se dé lugar a que sean infundidas e ilustradas de lo sobrenatural, pues su capacidad no puede llegar a este negocio tan alto, antes estorban si no se pierde de vista.[38]

Todo lo que es positivo, es natural en las potencias humanas, es necesario para el crecimiento humano y sobrenatural. Pero, de alguna manera, es más importante que desaparezca todo esto, porque Dios no puede ser alcanzado a través de ninguna aprehensión, a través de ningún conocimiento y a través de ningún recuerdo natural. Por eso, todas las potencias, incluyendo la memoria, de la cual estamos tratando aquí, han de ser vaciadas. En la práctica, esto significa que cuando se trata con las personas concretas no hay que darle una importancia absoluta y radical

---

37 A. Adler, *El carácter neurótico,* p. 96.

38 San Juan de la Cruz, *Subida del Monte Carmelo,* l. III, c. 2.

a la memoria. Hay que darle una importancia principal al presente y, sobre todo, a la esperanza, y no me refiero simplemente a la esperanza que es pasión, sino a la esperanza sobrenatural. Sin la aceptación de la necesidad del vacío de todas las potencias, es imposible que esta esperanza sobrenatural ejercite su función y nos acerque adecuadamente al fin de lo que siempre debe estar presente, que es lo radical, y lo que define últimamente la vida humana.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

AA. VV. (2006). *Enciclopedia filosófica,* Milano: Bompiani.

Adler, A. (1984). *El carácter neurótico,* Buenos Aires: Editorial Planeta.

Allers, R. (1950). *Naturaleza y educación del carácter,* Buenos Aires: Editorial Labor.

Andereggen, I., (2015). El principio tomista "gratia non tollit naturam sed perficit eam" y su aplicación a la actividad de la psicología y la terapia psicológica. *Sapientia,* vol. LXXI, n. 238, 45-74.

Arintero, J. (1968). *La evolución mística,* Madrid: B.A.C.

Aristóteles. (1985) *Ética a Nicómaco,* Madrid: Gredos.

Id. (1988). *Política,* Madrid: Gredos.

Concilio Vaticano II. (1965) *Gaudium et spes.*

Congregación para la Educación Católica. (2008). *Orientaciones en el uso de las competencias de la psicología en la admisión y en la formación de los candidatos al sacerdocio.*

Dionisio Areopagita. (1990). *Obras completas del Pseudo Dionisio Areopagita,* Madrid: B.A.C.

Frankl, V. (2000). *En el principio era el sentido,* Barcelona: Paidós.

Pío XII. (1958). *A los participantes en el XIII Congreso Internacional de Psicología Aplicada.*

San Agustín. (1994-2002). *Obras de San Agustín,* Madrid: B.A.C.

San Juan de la Cruz. (1978). *Vida y obras de San Juan de la Cruz,* Madrid: B.A.C.

Santa Teresa de Jesús. (1976). *Obras Completas,* Madrid: B.A.C.

Santo Tomás de Aquino. (1884-1992). *Opera omnia cura impensaque Leonis XIII P. M. edita.* Roma.

Suprema Sancta Congregatio Sancti Oficii. (1961). *Acta Apostolicae Sedis* 53.

PARTE II:
VIRTUD, SALUD MENTAL Y MADUREZ

CAPÍTULO 5
VIRTUDES, SALUD Y BIENESTAR[1]

Jean-Claude Larchet
Teólogo, patrólogo y filósofo

Para los Padres griegos, la salud del hombre se define en referencia a su estado original, el de su creación y de su vida en el paraíso. El hombre no tenía entonces ninguna de las imperfecciones que nosotros le conocemos actualmente, ni en el plano físico, ni en el plano psíquico, ni en el plano espiritual. Ignoraba la enfermedad en todas sus formas, así como el sufrimiento, la corrupción (la degradación del cuerpo que llega hasta su descomposición) y la muerte.

Según la antropología bíblica, el hombre ha sido creado a imagen de Dios, y está destinado a adquirir progresivamente la semejanza de Dios. La imagen de Dios es generalmente concebida por los Padres como el conjunto de las potencias *(dynameis)* o facultades dadas por Dios al hombre para permitirle adquirir esta semejanza, y esta semejanza está constituida por las virtudes. Esto significa que las virtudes tienen su modelo y su fundamento en Dios.

Las virtudes corresponden a la orientación de las diferentes facultades hacia Dios. Ellas pueden ser definidas como unas disposiciones habituales (*habitus* en latín) o unos estados (*exeis* en griego) que orientan las facultades humanas hacia Dios, y así unen al hombre a Dios.

Según los Padres, esta orientación está inscrita como dinamismo en la naturaleza del hombre, porque la finalidad de la naturaleza humana es ser deificada por la gracia en la unión a Dios. Es por esto que los Padres consideran que las virtudes en su fundamento son naturales. En el origen, las virtudes no son, sin embargo, sino semillas puestas por Dios en la naturaleza, y corresponde al hombre hacerlas crecer por la colaboración (*synergeia* en griego) de su esfuerzo voluntario y libre

1 Traducción de Martín F. Echavarría.

(he aquí el primer sentido de la palabra ascesis - *askèsis*) y de la gracia de Dios a la que se abre en est esfuerzo.

Si las facultades son constitutivas de la naturaleza misma del hombre, su existencia (o su actividad), que los Padres designan por la palabra *energeia*) puede ser orientada de manera diferente, según la disposición y la elección de cada persona. Esta orientación puede ser buena o mala. Para los Padres, la buena orientación de la actividad es la orientación de las facultades en conformidad con la naturaleza; la mala orientación es la orientación de esas facultades en un sentido o según un modo (*tropos*) no conforme a su naturaleza. Es así como en la doctrina ascética (o espiritual) de los Padres griegos, las expresiones « según la naturaleza (*kata physin*) » y « contra la naturaleza *(para physin)* », respectivamente identificadas al bien y al mal en el dominio de la ética (en griego éthos, que significa modo de vida) son recurrentes y cobran un relieve particular. Es necesario recordar que la naturaleza de la que se trata aquí es la naturaleza original del hombre, aquella que Dios ha creado y que el hombre poseía en su condición paradisíaca, razón por la cual tiene un valor normativo ; no se trata de la naturaleza caída, que está marcada por unas deformaciones y unas enfermedades que son la consecuencia del pecado ancestral.

Según los Padres, es la orientación de las facultades según la naturaleza, su buena orientación que constituye la salud, particular para cada facultad, y global (de todo el ser para el conjunto de las facultades. Es entonces cuando el hombre está en posesión de las virtudes que él tiene una buena salud ; por el contrario, cuando él está habitado por las pasiones, está enfermo. Las pasiones se designan en griego con las palabra *pathè*, de la que uno de los sentidos principales es « enfermedad ». Se trata aquí de enfermedad y salud espirituales, porque el cuerpo está inmerso en el mundo físico y sufre sus determinismos, y el psiquismo tiene sus propias leyes, de manera que salud espiritual, salud psíquica y salud corporal, o enfermedad espiritual, enfermedad psíquica o enfermedad corporal no se superponen completamente, entendiéndose que la salud espiritual tiene una cierta resonancia sobre la salud del cuerpo y sobre la salud psíquica, o que las enfermedades espirituales pueden tener una parte de responsabilidad en las enfermedades psíquicas y las enfermedades corporales, igual que la salud o las enfermedades del cuerpo pueden influir sobre la salud o las enfermedades psíquicas. En principio, hay en todo caso una analogía entre estas diferencias esferas, porque la salud física está definida por el funcionamiento natural y normal de los diferentes órganos, mientras que la enfermedad física se define por su disfunción ; y la salud psíquica se define por el funcionamiento natural y normal de las diferentes facultades psíquicas, mientras que las enfermedades psíquicas se definen por su disfunción, es decir, una perturbación de su funcionamiento natural.

En todos los terrenos, hay una cierta dificultad para definir la salud y la enfermedad. De una manera general, se puede decir que se tiene buena salud cuando uno no está enfermo. Pero existe en la percepción de la enfermedad una dimensión objetiva y una dimensión subjetiva, las cuales no siempre se superponen. Por

una parte, dolores intensos pueden corresponder a enfermedades benignas (como un dolor de muelas). Por otra parte, enfermedades graves pueden no ser percibidas subjetivamente; por ejemplo, muchos cánceres se desarrollan silenciosamente durante un largo período, y otras enfermedades aparecen bruscamente sobre la base de una fragilidad o de una deficiencia de la que no se era consciente. En el terreno de las enfermedades mentales, los trastornos no son siempre percibidos por el sujeto (por ejemplo, un delirante percibe su delirio como correspondiente con la realidad). En el terreno espiritual, personas habitadas por las pasiones no se perciben de ninguna manera como enfermas, sino que tienen la impresión de vivir intensamente y de encontrar una cierta felicidad. Las enfermedades del cuerpo que escapan a la percepción subjetiva son captadas por medios de observación y de análisis objetivos, como los análisis biológicos o las radiografías (ecografías, escáner, resonancia magnética, TEP), con una grilla de lectura de los resultados conocida por quienes los interpretan. Para percibir las enfermedades espirituales, hay que disponer también de una grilla de lectura, que permite percibir si los actos que uno comete, los pensamientos (en sentido amplio), las disposiciones o los estados interiores que se tienen son normales o no. Los médicos, para las enfermedades espirituales, son los confesores, que, sobre la base de lo que se les dice en confesión, pueden deducir las enfermedades de la persona que se confiesa, y más todavía los padres espirituales experimentados (en griego *geronda*, en ruso *startsi*), que tienen un carisma de cardiodiagnosis o de clarividencia, que les permite radiografiar el alma. Pero las personas tienen también la posibilidad de descubrir sus enfermedades espirituales (su naturaleza, su forma, su extensión) por la descripción que los santos ascetas han hecho de ellas en sus obras, sobre la base de un conocimiento heredado de sus padres espirituales y confirmado por una experiencia personal amplia y profunda. Ellas pueden saber también qué es la salud por la descripción de las virtudes que encuentran en las vidas de santos, pero también , y ante todo, en el Evangelio, donde se manifiestan las virtudes de Cristo, quien, no solamente posee en sí las virtudes en su perfección, sino que es, como dice San Máximo el Confesor, « la esencia de las virtudes ». La semejanza con Dios que el hombre tiene por tarea realizar plenamente, y que constituye su salud espiritual, no es otra que la semejanza con Cristo, que la vida espiritual debe permitir realizar progresivamente, y que es revelada en su plenitud por el estado de salud que alcanzan ciertas personas. Espiritualmente, en efecto, la salud es la santidad. Siendo esta proporcional a aquella, ambas implican grados que se entrecruzan en el progreso espiritual.

Para la antropología cristiana, Cristo es el modelo o la norma absolutos, porque siendo Dios y hombre, revela en su humanidad, unida a su divinidad, lo que es el hombre perfectamente logrado en su unión a Dios, lo que es el hombre perfectamente sano, en posesión de la plenitud de las virtudes.

Por su unión a Dios en las virtudes, el hombre es hecho partícipe de la vida divina, y de la beatitud inherente a aquella. En este sentido, la vida virtuosa hace al

hombre feliz en el más alto grado. Pero aun cuando no posee las virtudes en plenitud, el hecho de ejercer sus facultades en un sentido conforme a la naturaleza le da un gozo espiritual que lo hace participar de una cierta felicidad. Por el contrario, cuando el hombre actúa contra la naturaleza, la naturaleza se venga de alguna manera; el hombre sufre un daño y la sufre. Presentando las pasiones como enfermedades, los Padres describen en detalle la multiplicidad de los trastornos que producen. El carácter patógeno para el cuerpo de la pasión de la gastrimargia (en griego, *gastrimargia*, hoy vulgarizada bajo el nombre de gula), consistente en el abuso del alimento y las bebidas (azucaradas o alcohólicas) es una evidencia médica. Los efectos negativos de la pasión de la cólera (que reúne todas las formas de agresividad) sobre el psiquismo y sobre el cuerpo son bien conocidos, así como los efectos de la pasión de la tristeza y de la acedia, que corresponden hoy a lo que la psiquiatría designa por los nombres de depresión y de melancolía. La pasión del temor (que reúne el miedo, la inquietud, la ansiedad, así como las fobias), tiene igualmente efectos patológicos bien conocidos sobre el psiquismo y sobre el cuerpo. Y sucede lo mismo, en formas y grados diversos, con las otras pasiones. Por el contrario, las virtudes que les son opuestas contribuyen a la armonía, a la paz, así como al dinamismo positivo de la vida psíquica, lo que repercute en el estado del cuerpo. Para tomar sólo el ejemplo más evidente, a los efectos destructores de la agresividad, del odio, del resentimiento, de los celos, se opone el rol constructivo y expansivo del amor, la primera de todas las virtudes. Se puede constatar el rol de regulación y de armonización de la vida psíquica que juegan las otras virtudes, por ejemplo, por citar sólo las principales de entre ellas: las virtudes de templanza, de continencia y de castidad, de desprendimiento, de mansedumbre, de paciencia, de valentía, de humildad y de prudencia.

Como lo señala la presentación de este Congreso, la OMS (Organización Mundial de la Salud) define la salud como « el estado de perfecto bienestar, físico, mental y social, y no la mera ausencia de enfermedad ». Pero esta definición no es satisfactoria por muchas razones.

Como hemos dicho anteriormente, graves enfermedades se desarrollan con frecuencia, en una primera fase, de manera silenciosa; no se puede decir que una persona que conserva durante esta fase un sentimiento de bienestar tenga buena salud. Se puede notar también que personas afectadas por enfermedades mentales graves, como las fases maníacas de los trastornos bipolares (llamados anteriormente psicosis maníaco-depresiva), se sienten sin embargo en plena forma.

Se puede observar que el bienestar ha llegado a ser el objetivo primero del hombre contemporáneo. La espiritualidad cristiana ha sido ampliamente reemplazada, en nuestra época, por pseudoespiritualidades, que son de hecho técnicas físicas (como el yoga) o psíquicas (como la meditación de atención plena). Estas técnicas aportan una cierta relajación al cuerpo y al psiquismo, pero esta relajación es superficial; esta es también de corta duración y exige una renovación permanente de los ejercicios. Se ve que la meditación de atención plena no llega a disipar el ma-

lestar interior y las tensiones que le están unidas sino pasándolas por alto por una concentración sobre objetos exteriores, frecuentemente anodinos. Está bien lejos de la paz, de naturaleza espiritual, que procura la espiritualidad cristiana, que toca en profundidad los estados fundamentales del alma, y que encuentra su cumplimiento en la *apatheia*, la extinción de las pasiones que constituyen para el alma una fuente de trastorno permanente.

El bienestar es una noción borrosa (y también es borrosa la especificación social que incluye la definición de la OMS) y corresponde a una ambición modesta. Está alejada de la noción de felicidad, que muchos de nuestros contemporáneos, viviendo en la inestabilidad, juzgan inalcanzable. Está todavía más alejada de la noción de beatitud, que corresponde a la felicidad espiritual que el hombre encuentra en Dios, y de la que la mayoría de los hombres de hoy ignoran la existencia.

La salud espiritual que se encuentra en la curación progresiva de las enfermedades que son las pasiones y en la adquisición correlativa de la salud constituida por las virtudes, es la condición de una verdadera felicidad y de la beatitud que la sobrepasa. Pero, ella se adquiere en un proceso que implica sufrimiento, a tal punto que el esfuerzo que exige la vida espiritual en su desarrollo es con frecuencia calificado por los Padres griegos con las palabras *ponos* o *pothos*, comparando los Padres con frecuencia la ascesis (es decir, la vida espiritual en el sentido amplio de la palabra griega *askèsis*) al esfuerzo del atleta, cuya victoria final no se obtiene sino como consecuencia y en proporción a ejercicios repetidos y duros.

La adquisición de las virtudes no puede hacerse sino por un combate contra las pasiones. Porque las pasiones han reemplazado a las virtudes. Según la antropología de los Padres griegos, como hemos visto, las virtudes son un don primordial. Estas se definen por la orientación dinámica de las facultades hacia Dios, y las pasiones aparecen porque el hombre, por su libre arbitrio, ha invertido esta orientación. Devolver a las facultades su uso normal consiste, entonces en una conversión (es decir, literalmente, un retorno) que los Padres griegos llaman *metanoia* (que significa etimológicamente un cambio en el estado del espíritu). Esta conversión es difícil porque las pasiones son estados fuertemente anclados en la naturaleza caída del hombre, que se ha convertido para él, sin que él se dé cuenta de ello, una segunda naturaleza. Es dolorosa porque las pasiones son formas de apego del hombre al mundo y a su ego, en las cuales encuentra placer, pero también medios de huir del dolor. Anticipando en trece siglos la teoría de Freud sobre el « principio de placer », san Máximo el Confesor explica que las pasiones se dividen en tres grandes categorías: las que están constituidas por la búsqueda de placer, las que están constituidas por la huida (o la evitación) del dolor (o del desplacer), y las que están constituidas por una combinación de las dos tendencias. La lucha contra las pasiones en vista de su erradicación implica, entonces, la capacidad de renunciar a los placeres hacia los cuales ellas tienden, y asumir el dolor que ellas tratan de evitar. Es útil citar el pasaje donde Máximo explica esto, aunque sea

bastante largo, porque da una lista desarrollada de las pasiones que permiten ver mejor de qué se trata :

> « Reivindicando por el amor egoísta el placer y aplicándonos por la misma razón a huir del dolor, hacemos nacer en nuestros pensamientos el número inexpresable de las pasiones destructoras. Por ejemplo, si por el placer nuestra preocupación es la del amor egoísta, engendramos la glotonería, el orgullo, la vanagloria, la vanidad, la avaricia, la codicia, la tiranía, la arrogancia, la jactancia, la ira, la locura, la presunción, el desprecio, el desdén, la desmesura, el libertinaje, la burla, la lujuria, la intemperancia, la frivolidad, la excitación, la molicie, la simulación, la burla, el chisme, la palabra intempestiva, el habla vulgar, y cosas del mismo género. Pero, si el modo de nuestro amor egoísta más bien nos abruma de dolor, engendramos la ira, la envidia, el odio, la enemistad, el rencor, el reproche, la denigración, la calumnia, la tristeza, la desesperación, el agobio, el resentimiento hacia la Providencia, la acedia, la negligencia, la inquietud, el desánimo, la cobardía, la aflicción intempestiva, la lamentación, la vergüenza, la queja, los celos, la desconfianza, la rivalidad, y todo lo que proviene de una disposición privada de los arrebatos del placer. Y de la mezcla entre dolor y placer que surge de varias otras causas, por lo tanto del tormento - esto es lo que algunos llaman la combinación de partes opuestas del mal - generamos la hipocresía, la ironía, la astucia, la simulación, el servilismo, la adulación y todas las otras invenciones de esta engañosa mezcla[2]. »

La explicación de san Máximo completa una teoría más simple, y más clásica en la espiritualidad de los Padres griegos, que explica las pasiones por una mala orientación, ligada a la búsqueda del placer sensible, de las tres facultades principales del hombre (consideradas también como tales por la antropología platónica): la facultad desiderativa *(epithumetikon)*, el ardor *(thumikon)*, la facultad racional *(logistikon)*.

El placer que suscita y mantiene las pasiones es un placer sensible (físico, pero también psíquico); es superficial, inestable y efímero. La ascesis permite al hombre, por una parte, trascender espiritualmente el dolor, haciendo que no sea ya dominado por él, que no sea más afectado por él espiritualmente. Le permite, además, desprenderse del placer y no hacer más de él la norma del bien. Libera así sus facultades de sus orientaciones y de sus apegos contra la naturaleza, y le permite encontrar las virtudes, que sustituyen a las pasiones. Las virtudes permiten al hombre acceder a un placer superior a aquel que ha perdido mortificando sus

2 *Questions à Thalassios*, Introduction, « Sources chrétiennes » n° 529, p. 136-138.

pasiones. Se lo llama con frecuencia « fruición », para distinguirlo del placer sensible. Es la alegría espiritual, y más allá de ella, cuando el desorden de las pasiones se disipa y la plenitud de las virtudes se alcanza, está la beatitud que es la forma superior, espiritual, de la felicidad.

Podemos concluir esta exposición subrayando que sólo las virtudes, porque corresponden a la naturaleza profunda del hombre, pero también a la integralidad de su ser y a su finalidad, pueden asegurarle una salud verdadera y duradera, que es la salud espiritual, la cual tiene, en una cierta medida, repercusiones sobre la salud psíquica y la salud corporal, y en todo caso permite trascender espiritualmente las pruebas que estas últimas constituyen.

BIBLIOGRAFÍA DE MIS TRABAJOS, QUE TRATAN EN DETALLE ESTAS CUESTIONES :

Thérapeutique des maladies spirituelles, Paris, Éditions du Cerf, 6e éd., 2013. Traducción española: *Terapéutica de las enfermades spirituales*. Tradujo Mercedes Huarte Luxán, Ediciones Sígueme, Salamanca, 2014, 734 p. (Colección Nueva Alianza n° 225). Esta obra comporta en particular un análisis detallado de las pasiones en cuanto enfermedades, y de las virtudes que se les oponen, y de los medios que permiten pasar de las unas a las otras.

Théologie de la maladie, Paris, Éditions du Cerf, 4e éd., 2017. Sobre las enfermedades del cuerpo.

Thérapeutique des maladies mentales. L'expérience de l'Orient chrétien des premiers siècles, Paris, Éditions du Cerf, 4e éd., 2017. Sobre las enfermedades mentales y sus conexiones con las enfermedades corporales y las enfermedades espirituales.

L'Inconscient spirituel, Paris, Éditions du Cerf, 2005.

CAPÍTULO 6
VIRTUD Y MADUREZ AFECTIVA

Dra. Patricia Elena Schell
helenaschellmd@gmail.com
Universidad del Norte Santo Tomás de Aquino
Ceop- Buenos Aires

1. INTRODUCCIÓN

Hace ya más de cuarenta años, cuando recién comenzaba a vislumbrarse la magnitud de la crisis existencial que atraviesa nuestra época y que hoy ha hecho eclosión, el Papa San Juan Pablo II afirmaba en una alocución, que la confusión ideológica da origen a personalidades sicológicamente inmaduras y pobres. En ese mismo discurso proponía, como lo ha hecho de manera constante el Magisterio de la Iglesia, a Santo Tomás de Aquino como maestro y doctor, porque sólo a la luz y sobre la base de la "filosofía perenne" –afirmaba– se puede construir el edificio tan lógico y exigente de la doctrina cristiana, pues muchos naufragios en la fe y en la vida consagrada, pasados y recientes, y muchas situaciones actuales de angustia y perplejidad, tienen en su origen una crisis de naturaleza filosófica. [1]

Estas afirmaciones podrían resultar extrañas a la psicología ya que en principio pareciera que un abordaje pretendidamente científico de la personalidad debiera dejar de lado todo planteo moral o filosófico. Sin embargo, a la hora de hablar de una personalidad madura, aún aquellos autores que no son partidarios de aceptar tan fácilmente la inclusión de estas nociones dentro de la psicología, como Gor-

[1] San Juan Pablo II (1979).

don Allport, se inclinan a pensar que es necesario considerar el aspecto moral de la personalidad.[2]

Es que la madurez parece hacer referencia al grado de desarrollo alcanzado en función de un ideal. Este ideal, muestra precisamente la meta hacia la cual tiende toda la fuerza vital y las disposiciones que a ello contribuyen.

Como afirmara Magda Arnold, el autoideal determina el desarrollo de la personalidad hacia la madurez:

> El autoideal de un hombre no solo organiza su trabajo o su vida profesional, también determina su desarrollo hacia la madurez. En realidad, la madurez significa formar un autoideal válido y vivirlo. (Arnold, 1970, p. 302)

Por contraposición, muchas corrientes actuales de pensamiento tienen como factor común una tendencia a diluir este autoideal o la posibilidad de alcanzarlo. Con ello se minan las bases sobre las cuales se funda una personalidad madura.

El Dr. Martín Echavarría en un artículo sobre el carácter patógeno de la cultura actual muestra la incidencia directa que tiene el modo postmoderno de concebir la realidad en la configuración de personalidades inestables. Entre las características que sobresalen en nuestra época destaca las siguientes por su incidencia directa en una concepción superficial de la vida: La concepción del ser como devenir, el progresismo antiautoritario, el inmanentismo, el relativismo, la vanidad/superficialidad/artificialidad, el individualismo, la anomia[3].

La negación de las esencias y su permanencia a través de los cambios y el tiempo con la subjetiva sensación de la disolución de todas las cosas, el desprecio por la tradición con la consiguiente pretensión de un indefinido futuro mejor, el rechazo a un desarrollo y crecimiento que en concreto se percibe como deterioro con la excesiva exaltación de la adolescencia, el convencimiento de que sólo existe este mundo y más allá de él no hay otra cosa a la cual aspirar, la convicción de que cada uno está encerrado en su propia perspectiva sin posibilidad de poder acceder a una verdad objetiva, la concepción de la persona como pura relación sujeta a las exigencias del mercado en las que pretende encontrar su punto de apoyo e identidad, el individualismo, materialismo, etc.

Todo esto no puede no incidir negativamente en la configuración de la personalidad, pues el hombre es un ser por naturaleza social y depende de un ambiente

---

[2] Allport (1970): "Nuestro prolongado examen del desarrollo del sí mismo, la motivación y los estilos cognoscitivos nos conducen finalmente a la crucial cuestión de cómo es la *personalidad madura*. No podemos responder a esta pregunta únicamente en términos de psicología pura. Para que podamos afirmar de una persona que es *mentalmente sana, normal y madura*, debemos saber qué son la salud, la normalidad y la madurez. La psicología por sí sola no puede decírnoslo. Está implicado hasta cierto punto el juicio ético." (p. 329).

[3] Echavarría (2015).

favorable para un desarrollo adecuado. Ahora bien, toda esta mentalidad que tiene como denominador común la disolución del sujeto y la renuncia a todo ideal, no puede más que producir inestabilidad, una pobre o artificial imagen de sí mismo y una renuncia a una perfección como expresión del desarrollo de las capacidades auténticas del hombre.

Como señalara Josef Pieper, hay como una especie de paralelo entre la falta de objetividad individual, fruto de la autosugestión propia de la personalidad inmadura y el concepto sociológico de ideología. En ambos casos, –señala el filósofo alemán–, la doctrina de Santo Tomás de Aquino tiene mucho que decir[4].

Es por eso que en la presente disertación nos proponemos analizar la relación que guarda la madurez afectiva con la adquisición de las virtudes especialmente la prudencia, pues entendemos que es a través del desarrollo de estas disposiciones operativas en su conjunto, tal como lo concibe el pensamiento clásico, sobre todo Santo Tomás de Aquino, cómo la personalidad despliega todo su potencial y alcanza su plenitud o madurez y supera la inestabilidad a la que se expone cuando abandona un ideal realista de vida.

Para eso trataremos en primer lugar la cuestión de qué se entiende por madurez afectiva, para abordar luego su relación con el desarrollo de las virtudes, sobre todo de la prudencia.

2. LA MADUREZ AFECTIVA

Cuando en psicología hablamos de madurez nos referimos sin duda al desarrollo de todas las dimensiones de la personalidad: lo biológico, lo cognitivo, lo afectivo.

Sin embargo, en la práctica y por la importancia que tiene esta última dimensión en el desarrollo de la personalidad, suele circunscribirse el término madurez a la dimensión afectiva y así cuando hablamos de un sujeto maduro o inmaduro psicológicamente nos referimos principalmente a la madurez afectiva con todo lo que ella conlleva: identidad, autoestima, etc.

Aunque tenemos personalidad desde el momento mismo de nuestra concepción, pues desde ese mismo instante tenemos un ser propio y único que nos pertenece y caracteriza, es un hecho que esa identidad irá al paso del tiempo ganando en unidad y perfección operativa, sobre todo a través del desarrollo de la

---

[4] Pieper (1980): “El concepto central caracteriológico de la autosugestión (que no es otra cosa que una falta de objetividad voluntaria en la visión de la realidad), así como el concepto sociológico de «ideología», enteramente paralelo, podrían ser «descubiertos» por la doctrina de la prudencia de una forma enteramente sorprendente. Mas aquí sólo nos es posible indicar lo ya dicho.” (p. 18).

Este autor se ha interesado especialmente en la relación entre ética y psicoterapia. Cfr. Echavarría (2004).

razón y de la voluntad y su gobierno sobre todas las demás dimensiones, especialmente aquellas que se refieren a la sensibilidad y afectividad.

No hay propiamente hablando un crecimiento en el ser de la persona pues la substancia no admite más o menos. Sin embargo, decimos que la persona crece en cuanto que las facultades, que son verdaderas extensiones operativas suyas, adquieren mayor perfección. La persona crece en cuanto sujeto real de los cambios a través de sus accidentes[5].

Como estas operaciones son múltiples, las diversas facultades humanas encuentran a su vez, unidad y desarrollo pleno en el ejercicio de la razón, que es lo que propiamente distingue al hombre. La razón, podríamos decir, es la que caracteriza, integra y ordena todo el ser personal desde el punto de vista operativo. En ella también podemos distinguir diversos momentos evolutivos en orden a alcanzar su plenitud en la edad adulta.

Por otro lado, el cuerpo es también parte constitutiva esencial de la persona humana. Por eso, aunque ser persona indica fundamentalmente una realidad espiritual, ese yo es también un yo corporal. De la realidad corporal dependen propiedades fundamentales de la persona tales como son el sexo, el temperamento, las capacidades cognitivas, la misma afectividad, etc., de manera que el desarrollo personal es del cuerpo y del alma conjuntamente.

De allí que podemos hablar de una madurez relativa a cada etapa de la vida y a cada dimensión de la persona humana, en donde se puede y se espera alcanzar una perfección relativa.

Sin embargo, será ya al final de la adolescencia en donde comenzará a surgir la necesidad de aspirar a una plenitud más definitiva, estable e integral de todas estas dimensiones tomadas en su conjunto, bajo la égida de la razón que dará unidad. Esta unidad y estabilidad se forjará en torno al ideal de sí mismo, que tanta importancia adquiere en esta etapa de la vida, pues determinará la actitud que se tendrá frente a esta dimensión de la vida[6].

---

[5] Cfr. Echavarría (2008): "Este carácter racional y personal se va desarrollando, precisamente, con el progreso de las capacidades espirituales. Se equivoca la psicología contemporánea cuando considera al yo y a la personalidad como una construcción social que se monta sobre un organismo biológico impersonal (un *ello* o *eso*, como lo llama Freud). Aunque la substancia no admite más y menos, ella es el sujeto real de los cambios, es ella la que crece en sus accidentes." (p. 31).

[6] Alfred Adler ha hecho notar con razón que el desarrollo del carácter depende del hecho de poder enfrentar y resolver tres cuestiones vitales, entre los que se incluye el sentido de la vida: Adler (1955): "Es imposible formar un recto juicio sobre un individuo si se ignora la naturaleza de sus problemas vitales y la tarea que éstos le plantean. Sólo partiendo de la manera cómo el individuo se enfrenta a ellos, de cómo se conduce mientras tanto, comprenderemos claramente su verdadero ser. A este respecto nos es preciso averiguar si colabora o si vacila, si se detiene, si intenta soslayar las dificultades, si busca o imagina pretextos, si resuelve los problemas sólo parcialmente, si los aplaza o si los abandona para alcanzar una apariencia de superioridad personal por sendas nocivas a la comunidad." (p.61).

Como hace notar el Dr. Echavarría, adulto etimológicamente significa alguien que ha crecido, en cambio adolescente significa que está creciendo. Esta diferencia indica el hecho de que el adulto es alguien que ha adquirido una cierta plenitud personal, que debiera coincidir con el estado de virtud[7]. El adulto no es solamente un hombre capaz de reproducirse biológicamente y generar seres de la misma especie, sino que sobre todo es adulto un hombre desarrollado en cuanto a lo humano y capaz de educar, y llevar a otros al estado pleno de virtud[8].

En el plano cognoscitivo, esto supone haber adquirido verdaderos hábitos intelectuales (aunque fuera en modo incipiente), pues las facultades cognoscitivas deben madurar, crecer y consolidarse en la consideración de la verdad. Las virtudes intelectuales o su ausencia hacen, a la configuración de la *forma mentis* de una persona, a su modo de concebir la realidad[9].

En el plano afectivo implica la ordenación de las tendencias vitales con las que el sujeto nace. Esta distinción es importante porque a diferencia de lo que ocurre con la inteligencia, en la dimensión emotiva no somos una tabula rasa, sino que hay en nosotros constitutivamente toda una serie de disposiciones y afectos predominantes que componen lo que llamamos temperamento.

Estas tendencias que en principio están ordenadas a la plenitud personal, es más constituyen en parte nuestro ser más íntimo, requieren ser encauzadas paulatinamente por la razón y eso es ser maduro.

Cuando el hombre logra ese dominio sobre sus tendencias y adquiere suficiente uso de razón, decimos que ya es adulto, es decir alguien capaz de gobernarse a sí mismo y ser con toda propiedad dueño de sí mismo, de sus actos.

Aquí se ve claramente el carácter personal del desarrollo. El hombre es una substancia, alguien que subsiste por sí mismo. Esto es así desde el primer momento de la concepción. Pero este subsistir personal alcanza una perfección mayor cuando además el hombre logra una conciencia más plena y realista de sí y por lo tanto una interioridad mayor y a partir de allí, un mayor dominio sobre sus propios actos, esto es, un ejercicio maduro del libre albedrío. Así la capacidad de subsistencia se extiende de lo entitativo a lo operativo.

A diferencia de lo que ocurre con las primeras etapas de la vida por las que atraviesa necesariamente el ser humano más condicionado por el desarrollo biológico, pensemos en la conducta infantil o adolescente, necesariamente determinada en sus rasgos esenciales por los cambios físicos que se producen en estos períodos, a la adultez en el sentido psicológico del término, no se llega si uno no quiere, pues alguien puede decidir vivir prescindiendo de lo que su inteligencia le señala como conveniente, dejando libradas a sí mismas estas inclinaciones. El hombre es un ser

7 No nos detendremos aquí a fundamentar la relación entre plenitud psíquica y virtud. Otros trabajos más autorizados ya se han ocupado de este tema. Cfr. Echavarría (2011).

8 Martinez (2002).

9 Cfr. Schell (2018).

racional, lo cual significa que su despliegue pleno no puede darse sin la intervención y ejercicio de su inteligencia y voluntad.

El hombre nace con potencias que no están plenamente desarrolladas según su capacidad última y por eso su despliegue debe ser completado por el ejercicio consciente y voluntario que culmina en la adquisición de aquellas disposiciones que perfeccionan sus capacidades operativas, es decir, los hábitos.

Llegada la juventud y superada la crisis de la adolescencia, con todos sus cambios fisiológicos y personales, el hombre debiera estar en condiciones de tener una conciencia más lúcida de sí mismo, de sus posibilidades y limitaciones y emprender la tarea de dar una forma más definitiva a su personalidad a través de la consolidación de las virtudes.

Vista desde esta perspectiva es fácil entrever que la inmadurez no es una enfermedad que simplemente se padece, sino que es más bien la consecuencia de una toma de posición (o de la negativa a tomar esta posición) frente a las exigencias de la vida.

Es por eso que –según la descripción que encontramos en algunos manuales– la inmadurez se caracteriza por una exagerada fijación en figuras parentales, excesiva necesidad de protección, falta de autonomía, limitación del interés a la propia persona, egoísmo hecho de susceptibilidad, vanidad, terquedad, dificultad y a veces incapacidad de resolver sus propios conflictos, descarga brutal de la tensión emocional, variabilidad de proyectos, etc.[10] Es decir, lo que parece caracterizar a la inmadurez afectiva es el hecho de que las tendencias más básicas están libradas a sí mismas, por lo que la persona no puede alcanzar en el orden operativo el grado de autonomía propia de la vida adulta porque queda atrapada en una búsqueda egocéntrica en la satisfacción de sus tendencias.

3. EQUILIBRIO PSÍQUICO Y MADUREZ

Aquí es oportuno distinguir entre equilibrio psíquico y madurez. Es verdad que estos términos a veces se utilizan indistintamente y pueden de hecho entremezclarse para indicar una perturbación de orden psíquico de diversa índole. Sin embargo, no tienen el mismo significado. Por equilibrio psíquico entendemos fundamentalmente una organización más básica de la personalidad en donde las tendencias psicosensitivas siguen su inclinación natural, aun cuando no se dé necesariamente un ordenamiento de estas inclinaciones a la razón. Por el contrario, un desequilibrio psíquico, en sentido estricto, parece indicar que la misma po-

[10] Cfr. Henri Ey, Bernard, Brisset (1996): "Los principales rasgos de la inmadurez afectiva del débil son: la exagerada fijación a las imágenes parentales, la necesidad de protección, la falta de autonomía, la limitación de su interés a su propia persona (narcisismo o egotismo) o al estrecho campo de sus actividades y de sus pequeños provechos, un egoísmo muy particular hecho de susceptibilidad, de vanidad y de terquedad." (p. 605).

tencia sensitiva está mal dispuesta respecto de su misma inclinación natural. Esta inclinación *contra natura* puede darse respecto de todas las tendencias naturales y en diversos grados (la alimentación, la sexualidad, la ira, el temor, etc.)[11]. La posibilidad de alcanzar una madurez psíquica en sentido acabado del término se dará cuando, conservadas estas tendencias naturales puedan éstas paulatinamente ser sometidas al orden racional y alcanzar a través de la adquisición de la virtud su plenitud propia. Cuando esto último no sucede es cuando podemos hablar con toda propiedad de una persona inmadura, en los casos restantes nos encontramos frente a una patología más grave, que incluye obviamente una inmadurez, como un elemento suyo.

Es verdad que la misma inmadurez cuando es muy profunda y crónica puede llevar a la desviación de las mismas tendencias naturales en sus elementos más básicos o a la estructuración de una personalidad viciosa. Sin embargo, se trata de situaciones diversas pues, como decimos, en la inmadurez no hay necesariamente una perversión de la tendencia, aunque siempre subsiste el hecho de que es difícil establecer hasta qué punto el no desarrollo de las tendencias vitales sea caldo de cultivo para que éstas se perviertan de algún modo.

¿Cómo es posible que se invierta el sentido y la orientación de las tendencias naturales, o que estas queden como atrofiadas siendo que todas ellas fueron hechas para favorecer en un sentido u otro la plenitud humana?

Aquí nuevamente el análisis de la cuestión es complejo.

Como hemos hecho notar en la formación de la personalidad intervienen múltiples aspectos: su base material, el influjo del entorno y el ejercicio de la racionalidad, elementos todos a ser tenidos en cuenta, en diversa medida, desde la más temprana infancia.

Muchos autores atribuyen esta inmadurez a elementos relacionados con la temprana relación parental. Al modo en que estas personas fueron queridas por sus padres, ya sea porque fueron sobreprotegidos o sobreexigidos[12].

Sin embargo, aunque estas causas son aceptables y reales, no parecen ser exclusivas, pues en muchas ocasiones nos encontramos simplemente con la negativa a asumir compromisos o a desarrollar las potencialidades del propio carácter simplemente por comodidad, superficialidad o egoísmo y es aquí en donde el elemento ideológico puede jugar un papel importante.

Esto es posible porque en última instancia la personalidad es una realidad que debe desplegarse y este despliegue no se realiza sin la intervención consciente y voluntaria de la persona, por lo que este desarrollo puede no darse, o perturbarse o detenerse.

Como afirma Josef Pieper:

[11] Este tema ha sido especialmente estudiado por el Dr. Martín Echavarría (2003).
[12] Cfr. Polaino- Lorente (1999).

> No deja de ser misterioso, aunque lo vivamos a diario, el hecho de que el orden interior del hombre no sea algo que se dé espontáneamente, como una realidad natural, al igual que se observa en el cristal, en la flor o en el animal. Las mismas fuerzas que alimentan la existencia humana pueden pervertir el orden interior, hasta llegar a la destrucción de la persona moral. (Pieper, 1980, p. 217)

En el fondo del drama de la inmadurez está la paradoja del hombre que busca su felicidad intentando satisfacer sólo sus propios impulsos. Pero es precisamente esta búsqueda a veces frenética de sí mismo la que lo aleja cada vez más de sí produciéndole una insatisfacción mayor.

Detrás de la inmadurez aparece muchas veces un egoísmo inveterado que pugna por ejercer sus derechos:

> Quizás todo este flagelo tiene un nombre extremadamente genérico, pero en este caso trágicamente verdadero, y es egoísmo. Si el egoísmo gobierna el reino del amor humano, que es precisamente la familia, lo envilece, lo entristece, lo disuelve. El arte de amar no es tan fácil como comúnmente se cree. No basta el instinto para enseñarlo. La pasión mucho menos. El placer tampoco. (Montini, 1960)

La madurez en algún punto es aprender el arte de amar. Es adquirir las disposiciones necesarias para hacer de la mera tendencia en principio pasional o instintiva algo verdaderamente racional y humano. De allí que el despliegue de la personalidad y la erradicación de aquellos factores que pueden obstaculizarla, sólo se logra eficazmente en la medida en que se desarrolla el organismo virtuoso[13].

Las virtudes suponen una disposición, que incluye lo corporal. Estas disposiciones se pueden ir encauzando, aún antes del uso pleno de la razón, sobre todo aquellas que se relacionan con la templanza y la fortaleza que se refieren directamente al apetito sensitivo, ya sea el concupiscible o el irascible, y permiten que

---

[13] Cfr. Roqueñi (2005) "Es que justamente por su rango ontológico goza el alma de una disposición estructural que le permite referirse a una pluralidad sin fronteras. La realidad por muy compleja y diversa que sea, no es quien domina al hombre; él es quien, por sus propias facultades, la somete a su dominio mediante su operación. Pero tal dominio lo consigue en un proceso de crecimiento, de unificación y conquista de sí mismo que nunca termina. Por eso el desarrollo humano es dinámico y sistémico pues así como la naturaleza humana sustancial constituye una estructura armónica, que consta entre varias partes entre sí trabadas y ordenadas, así también esa naturaleza segunda, formadas por las virtudes humanas, constituye un sistema ordenado y armónico, con partes distintas y variadas, pero conexas entre sí." (p. 98).

estas inclinaciones puedan ser gobernadas eficazmente por la inteligencia y la voluntad. Sin embargo, es la razón la que da la orientación última a todas las energías, por lo que la misma razón debe ser ordenada y desarrollada en orden a ejercer este gobierno de sí mismo.

En el organismo virtuoso hay una jerarquía. La prudencia, es en el orden natural la principal virtud pues es la que dirige hacia el fin de la vida humana todas las energías y recursos personales.

Por eso, aunque este egoísmo radical que está a la base de una personalidad perturbada se ordena por la humildad que es una parte de la templanza, la falta de objetividad y sentido de la realidad que se sigue de esta actitud egocéntrica, se extirpa totalmente cuando comienza a gestarse una serena relación de conveniencia con las cosas que la tradición medieval llamaba verdad y que se garantiza como disposición habitual cuando se es prudente.

Podríamos decir que lo propio del hombre maduro es el ejercicio de la virtud de la prudencia:

> El fondo de equidad y objetividad de la doctrina clásica de la prudencia encontró su expresión en la frase magníficamente sencilla de la Edad Media: «Sabio es el hombre a quien las cosas le parecen tal como realmente son». Un resultado de la psicología, o, mejor dicho, psiquiatría moderna, que a mi parecer nunca ponderaremos demasiado, hace resaltar cómo un hombre al que las cosas no le parecen tal como son, sino que nunca se percata más que de sí mismo porque únicamente mira hacia sí, no sólo ha perdido la posibilidad de ser justo (y poseer todas las virtudes morales en general), sino también la salud del alma. (Pieper, 1980, p. 15)

La prudencia permite esa objetividad que es patrimonio exclusivo del hombre maduro. Madurez y objetividad que permite comenzar una obra, continuarla y concluirla. Objetividad que no excluye lo afectivo, ni supone mera pasividad, sino que es apertura al ser auténtico de las cosas y de sí mismo[14].Guarda además esta virtud una especial relación con el fin, en el que se encuentra además la plenitud a la que aspira todo hombre.

---

[14] Pieper (1974): "Pero existe una confirmación del «realismo ético» en el hecho de que, desde otro punto de partida completamente distinto, la moderna Antropología, influida ante todo por los hallazgos de la Psiquiatría, pone de manifiesto muy expresivamente que la «objetividad» es uno de los más importantes requisitos previos de la salud psíquica. Y no se puede fácilmente sobrevalorar el hecho de que resulte ser según la sabiduría íntimamente terapéutica de la misma vida natural, espiritual y anímica, fundamento de la *salud*, lo mismo que la consideración ético- metafísica de la constitución natural del espíritu creado considera ser el fundamento de la santidad." (p. 94).

4. MADUREZ PSÍQUICA Y PRUDENCIA

Como hemos dicho, son las virtudes que se refieren a las pasiones del irascible y del concupiscible las que sientan las bases de una personalidad sólida al moderar el apetito del placer haciendo al hombre tolerante a las frustraciones del momento y al disponerlo para resistir a los males sosteniéndose en un bien cuya consecución supone esfuerzo y constancia ante peligros[15].

Pero es la virtud de la prudencia la que pone al hombre en contacto íntimo con la realidad, sin lo cual es imposible dar una orientación completa a la propia vida, deponer prolongadamente los gustos o sobrellevar las dificultades más allá de ciertos límites. Es evidente que el progreso interior y el despliegue de la personalidad suponen una constante lucidez y tensión respecto del fin último, que ciertamente está apoyado en el orden de las pasiones, pero sobre todo se sustenta en la claridad de la mente, que debe al paso del tiempo aspirar y sostener los ideales más elevados de la vida humana[16].

La prudencia es la virtud que permite conectar los medios con el fin. Ahora bien, los medios son variables y por eso esta virtud hace que todas las tendencias se encuentren en tensión hacia ese mismo fin y conserven esa plasticidad tan necesaria para la salud psíquica[17]. De otro modo, cuando se pierde la perspectiva del fin las inclinaciones se cristalizan y aparece la rigidez de carácter como expresión de su esterilidad. Por eso la prudencia es la que conecta todos los actos con el autoideal.

---

[15] Cfr. Echavarría (2013): "En todo caso, la moderación del apetito sensitivo por la fortaleza y por la templanza está en la base del edificio de la personalidad. Si bien la templanza y la fortaleza no son las virtudes más nobles, son las más básicas. Sin ellas no se puede aspirar a la realización de ningún bien superior y la personalidad queda reblandecida desde su fundamento." (p. 33).

[16] Como veremos, y es doctrina de Santo Tomás de Aquino, esta referencia al fin último no puede conservarse siempre sin el auxilio de la gracia. Cfr. *S. Th.* I- II, q. 109.

[17] Cfr. Esta tensión hacia el fin como a algo grande y honorable es objeto de la virtud de la magnanimidad, que es una parte de la fortaleza porque versa sobre lo arduo, pero también se relaciona con la prudencia porque es la que indica el medio racional dentro de las obras grandes que es necesario hacer. Cfr. S. Th. II- II. q. 129, a. 2: "Según el Filósofo en VII *Physic., la virtud es una perfección.* Y se entiende que es la perfección de una potencia, a cuyo *efecto último* pertenece, como consta en I *De Caelo.* Ahora bien: la perfección de una potencia no se mira en cualquier operación, sino en la que entraña alguna magnitud o dificultad, ya que toda potencia, por imperfecta que sea, puede realizar una operación pequeña y débil. Y por eso pertenece a la razón de virtud el versar *sobre lo difícil y lo bueno,* según leemos en II *Ethic.*. Pero lo difícil y lo grande, que vienen a significar lo mismo, puede considerarse en el acto de virtud de dos modos: uno, por parte de la razón, en cuanto es difícil hallar el medio racional y aplicarlo a una materia. Esta dificultad se encuentra sólo en el acto de las virtudes intelectuales y en el de la justicia. Otra dificultad es por parte de la materia, que de suyo puede oponerse al modo racional al que debe someterse. Y esta dificultad se ve sobre todo en otras virtudes morales, que tratan de las pasiones, ya que *las pasiones luchan contra la razón,* conforme dice Dionisio en IV *De Div. Nom.*

La prudencia no es sólo una virtud intelectual, sino también moral, porque no sólo indica cómo se realiza una obra (en este caso los actos humanos) sino que supone también la rectitud de la inclinación afectiva y por eso hace además que la obra haga bueno al que la realiza[18]. Así al ser virtud en ambos sentidos del término (intelectual y moral) la prudencia es la que permite integrar totalmente todo el organismo interior[19].

Es claro en la concepción tomasiana de la prudencia, que no basta para un juicio justo sobre lo que hay que hacer tener la inteligencia ilustrada, sino que hace falta que la afectividad esté debidamente ordenada, serenada, atenta a disponerse e inclinarse no al bien aparente sino al verdadero. Todo ello está dentro de la virtud de la prudencia.[20] Se trata de un conocimiento por connaturalidad con el bien por el que la persona se siente inclinada hacia lo que es bueno.

La conexión de la prudencia con la madurez afectiva se puede apreciar también cuando analizamos los vicios contrarios a ella que son: la precipitación[21], la

---

[18] Cfr. *S. Th.* II- II, q. 47, a. 4: Como ya hemos expuesto al tratar de las virtudes en general (1-2 q.55 a.1 obi.; q.56 a.1), *virtud es la que hace bueno al sujeto que la posee y a sus actos.* Pero el bien puede tomarse en dos sentidos: material, lo que es bueno; formal, la razón de bien. El bien en el segundo aspecto es objeto de la voluntad. Por eso, si hay hábitos que hacen recta la consideración de la razón sin tener en cuenta la rectitud de la voluntad, tienen menos carácter de virtud, porque orientan materialmente hacia un objeto bueno, es decir, a lo que es bueno, pero no bajo la razón de bien. Tienen, en cambio, más carácter de virtud los hábitos que se ordenan a la rectitud de la voluntad, porque consideran el bien no solamente de una manera material, sino también formal; es decir, consideran lo que es bueno bajo la razón de bien. Ahora bien, como queda ya expuesto (a.1 ad 3; a.3), a la prudencia atañe la aplicación de la recta razón al obrar, cosa que no se hace sin la rectificación de la voluntad. De ahí que la prudencia tiene no solamente la esencia de la virtud, como las demás virtudes intelectuales, sino también la noción de virtud propia de las virtudes morales, entre las cuales se enumera.

[19] Santo Tomás refiriéndose a la magnanimidad explica que no todos realizan obras grandes. Sin embargo, por la conexión que entre ellas realiza la prudencia, se posee habitualmente la disposición pronta para hacer estas obras si las circunstancias lo exigieran. Cfr. S. Th. II- II, q. 129, a. 3, ad. 2: "La conexión entre las virtudes no debe entenderse según los actos, como si cada una hubiera de poseer los actos de todas ellas. De ahí que el acto de la magnanimidad no compete a todo virtuoso, sino sólo a los grandes. Pero según los principios de las virtudes, que son la prudencia y la gracia, todas las virtudes son conexas en cuanto que sus hábitos se dan simultáneamente en el alma, bien en acto, bien en disposición próxima. Y así, aunque a uno no le corresponda el acto de la magnanimidad, puede tener su hábito, mediante el cual está en disposición de ejercer tal acto si las circunstancias lo exigieran."

[20] *S. Th.* II- II, q. 47, a. 7: "Conformarse con la recta razón es el fin propio de cualquier virtud moral. Y así, la templanza va encaminada a que el hombre no se desvíe de la razón por la concupiscencia; igualmente, la fortaleza procura que no se aparte del juicio recto de la razón por el temor o por audacia. Ese fin se lo señaló al hombre la razón natural, que dicta a cada uno obrar conforme a la razón. Ahora bien, incumbe a la prudencia determinar de qué manera y con qué medios debe el hombre alcanzar con sus actos el medio racional. En efecto, aunque el fin de la virtud moral es alcanzar el justo medio, éste solamente se logra mediante la recta disposición de los medios.

[21] *S. Th.* II- II, q. 53, a. 3.

inconsideración[22], la inconstancia[23], todos ellos característicos de una personalidad inmadura.

Todos estos vicios tienen, según el Aquinate, un origen común en la lujuria que impide fundamentalmente el dominio de sí mismo porque deja librada a la persona a sus propios impulsos egocéntricos.

Podría extrañarnos que un desorden que se refiere en primera instancia a los apetitos sensibles afecte tan directamente a una facultad cognoscitiva.

Sin embargo, el argumento del Aquinate es claro: el placer venéreo absorbe de tal manera el ánimo que sustrae completamente del uso de la razón:

> Según afirma el Filósofo en VI *Ethic.*: *El deleite es lo que más corrompe el juicio de la prudencia,* y sobre todo el placer venéreo, que absorbe de manera total al alma y la arrastra al deleite sensible. La perfección, en cambio, de la prudencia y de toda virtud intelectual consiste en abstraer de lo sensible. Ahora bien, dado que esos vicios proceden de defecto de la prudencia y de la razón práctica, según hemos expuesto (a.2 y 5), tienen su raíz sobre todo en la lujuria. (S. Th. II- II, q. 53, a. 6)

Esta concupiscencia, cuando es intensa hace que la razón quede ligada[24], es decir paralizada, por eso no es posible adquirir la prudencia o ejercitarla.

Pero el Aquinate señala otras dificultades que proceden de la lujuria y que se relacionan con la falta de prudencia: la *inconstancia*[25] y la *doblez de ánimo*[26], es decir, un ánimo cambiante, versátil hacia muchas cosas. Todas ellas propias de una personalidad inmadura.

En efecto, según el Aquinate: *la intemperancia*, es decir la búsqueda desordenada de los placeres, es un vicio pueril[27], es decir, no de un niño, sino semejante

---

22 *S. Th.* II- II, q. 53, a. 4.

23 *S. Th.* II- II, q. 53, a. 5.

24 Cfr. Santo Tomás de Aquino: *Comentario a la ética a Nicómaco*, Libro VII, Lección III, n. 1348: "Que de este modo se comporte a veces el proceso de la razón práctica se hace patente porque ante una fuerte concupiscencia que surge, la razón dice, según una sentencia universal, que debe rechazarse, esto que es concupiscible, como se vio. Pero la concupiscencia conduce a esto con independencia, proponiendo y asumiendo sin la prohibición de la razón, que está ligada, porque la concupiscencia, cuando es vehemente puede mover cualquier parte del alma, también a la razón, si ésta no es solícita para resistir. Y así acontece la conclusión de la operación, de tal manera que alguien obre incontinentemente contra la razón y la opinión universal."

25 *S. Th.* II- II, q. 53, a. 6, ad. 1.

26 *S. Th.* II- II, q. 53, a. 6, ad. 2.

27 *S. Th.* II- II, q. 142, a. 2: "Una cosa puede considerarse pueril por un doble motivo. En primer lugar, porque es propia de los niños, y no es éste el sentido en que lo toma el Filósofo al decir que la intemperancia es pueril. En segundo lugar, por una cierta semejanza, y en tal senti-

a un niño, que quiere cosas irracionales, que exige una pronta respuesta a sus demandas, etc.[28].

Digamos para concluir que la prudencia no es una virtud innata, sino que debemos adquirirla con el ejercicio, el esfuerzo personal y el auxilio de la gracia. De allí lo que afirmábamos anteriormente de que es un estado al que se llega y no una situación en la que se desencadena necesariamente. Santo Tomás explica muy bien que todos nacemos sin prudencia y estamos llamados a adquirirla. En este sentido podríamos decir que todos los hombres nacen imprudentes o sin un dominio de la razón sobre los impulsos, e irán paulatinamente adquiriendo esta virtud, si ponen los medios para ello. La madurez propia del hombre prudente no es algo que se da espontáneamente en una persona, sino que se adquiere por el ejercicio recto de la razón y la recta disposición de los afectos y el auxilio de la gracia divina[29].

Con respecto a esto último, debemos recordar que el hombre no puede, según Santo Tomás, realizar todo el bien proporcionado a su naturaleza, es decir, adquirir su plenitud personal, con su sólo esfuerzo, porque la naturaleza humana está herida por el pecado original. De allí que su restauración y elevación no se da sin este auxilio divino, como tampoco el ejercicio pleno de la prudencia.[30]

---

do se dice que son pueriles los pecados de intemperancia. En efecto, el pecado de intemperancia es un pecado de exceso de concupiscencia, la cual se asemeja al niño bajo un triple aspecto.

En primer lugar, en cuanto al objeto que ambos apetecen. Tanto el niño como la concupiscencia buscan algo que no es bello, porque en el orden humano se considera bello lo que es conforme a la razón. De ahí que Tulio diga, en I *De Offic.*, que es bello lo que *se compagina con la excelencia del hombre, la cual consiste en que su naturaleza es distinta de la del resto de los animales.* Ahora bien: el niño no se somete al orden de la razón, como tampoco lo hace la concupiscencia, ya que *la concupiscencia no escucha a la razón,* según se nos dice en VII *Ethic*.

En segundo lugar, se asemejan en cuanto a las consecuencias. En efecto, el niño, si se accede a sus caprichos, aumenta sus deseos. Por eso se nos dice en Eclo 30,7: *Caballo no domado se vuelve indócil, y el hijo abandonado a sí mismo se vuelve testarudo.* De igual modo, la concupiscencia, si se ve satisfecha, exige más. Por eso dice San Agustín en VIII *Confess.*: *Si se condesciende con el placer, se forma la costumbre; y si no se resiste a la costumbre, se origina la necesidad.*

En tercer lugar, se asemejan en cuanto al remedio que se aplica a los dos. En efecto, el niño se enmienda cuando se le corrige. Por eso leemos en Prov 23,13-14: *No ahorres a tu hijo la corrección: hiriéndole con la vara, librarás su alma del infierno.* De un modo semejante, si se ofrece resistencia a la concupiscencia, ésta es reducida al debido orden de la honestidad. Esto es lo que expresa San Agustín en VI *Musicae*: *Cuando la mente se eleva a las cosas espirituales y se detiene en ellas, se debilita la fuerza de la costumbre,* es decir, de la concupiscencia carnal, y *al ser reprimida, se extingue poco a poco. En efecto, si la siguiéramos, se haría más fuerte, mientras que si la frenamos, aunque no quede anulada, disminuye.* Por eso dice el Filósofo, en III *Ethic.*, que, *así como conviene que el niño viva sometido al pedagogo, así también conviene que la concupiscencia se someta a la razón.*"

28 Cfr. Seligmann (2010).

29 *S. Th.* II- II, q. 47, a. 15.

30 *S. Th.* I- II, q. 109, a. 2.

Finalmente, recordemos lo que nos enseña San Pablo acerca de aquella madurez según el don de Cristo que todos estamos llamados a alcanzar. La madurez no es igual en todos porque todos estamos llamados a una plenitud personal según el don de Cristo. (*Ef.* 4, 13).

BIBLIOGRAFÍA

Adler, A. (1955). *El sentido de la vida*, Ed. Luis Miracle, Barcelona.

Allport, G. (1970). *La personalidad su configuración y desarrollo*, Herder, Barcelona.

Arnold, M. (1970). *Emoción y personalidad. Segunda parte. Aspectos neurológicos y* fisiológicos, Ed. Losada, Buenos Aires.

Echavarría, M. (2003). «La enfermedad "psíquica" (aegritudo animalis) según Santo Tomás» *Congresso Tomista Internazionale: El umanesimo cristiano nel IIImillennio: prospettiva di Tommaso d´ Aquino*, Roma, 21-25 settembre.

Echavarría, M. (2004). «Ética y psicoterapia según Josef Pieper» *Sapientia* Vol LIX, fasc. 216, p. 393- 403.

Echavarría, M. (2008). *El niño y su educación*, en: *DZIECKO. Studiuminterdyscyplinarne*, Lublin, p. 29- 55.

Echavarría, M. (2011). *La praxis de la psicología y sus niveles epistemológicos según Santo Tomás de Aquino*, UCALP.

Echavarría, M. (2013). *La formación del carácter por las virtudes. Estudios interdisciplinarios. Volumen I. Templanza e intemperancia: Propuestas terapéuticas y educativas.* Ediciones Scire, Barcelona, pp. 27- 62.

Echavarría, M. (2015). *La formación del carácter por las virtudes. Estudios interdisciplinarios. Volumen II. Prudencia, Fortaleza, Justicia y amistad: Propuestas terapéuticas y educativas.* Ediciones Scire, Barcelona.

Henri E., Bernard, P., Brisset, C. (1996). *Tratado de psiquiatría*, Masson S. A., Barcelona.

Martínez, E. (2002). *Persona y educación según Santo Tomás*, Fundación Universitaria Española, Madrid.

Montini, J. B. (1960). *Carta pastoral a la archidiócesis ambrosiana al comienzo de la Cuaresma de 1960*.

Pieper, J. (1974). *El descubrimiento de la realidad*, Rialp, Madrid.

Pieper, J. (1980). *Las virtudes fundamentales,* Ed. Herder, Bogotá.

Polaino-Lorente, A. (1999). «El complejo de Peter Pan y el problema del infantilismo» en: J. Aranguren. *La libertad sentimental*, Cuadernos de Anuario Filosófico. Serie Universitaria, Pamplona, pp. 111- 138.

Roqueñi, J. (2005). *Educación de la afectividad. Una propuesta desde el pensamiento de Tomás de Aquino*, EUNSA, Navarra.

San Juan Pablo II. (1978). *Alocución a los sacerdotes, religiosos y religiosas en la Parroquia de San Pío V*, Roma.

Santo Tomás de Aquino. (1995). *Suma de Teología*, BAC 5 tomos, Madrid.

Santo Tomás de Aquino. (2000). *Comentario a la Ética a Nicómaco de Aristóteles*, Pamplona: EUNSA.

Schell, P. E. (2018). «Las virtudes intelectuales y la configuración de la mente», en: *Studium. Filosofía y Teología* 41, pp. 93-108.

Seligmann, Z. (2010). *Las consecuencias de la fornicación en la realización personal.* VII Jornadas de Psicología Cristiana: Familia y sexualidad, UCA Buenos Aires, octubre.

CAPÍTULO 7
LA MADUREZ VISTA DESDE LA TRIDEMINSIONALIDAD DE LA VIDA PERSONAL: UNA PROPUESTA TOMISTA

Martín F. Echavarría
echavarria@uao.es
CEU Universities, Universitat Abat Oliba CEU

1. SALUD, MADUREZ Y VIRTUD

En este capítulo haremos una propuesta de consideración de la madurez personal a la luz de la concepción tomista de la vida personal. Para ello, primeramente, vamos a deslindar el concepto de madurez, de otros que se le pueden asemejar, como salud y normalidad.

El contexto socio-sanitario en que nos encontramos desde hace unos años ha hecho que la atención de la población mundial se centre sobre el tema de la salud, por momentos casi de manera exclusiva. No obstante, raras veces se reflexiona sobre el significado exacto de la palabra salud, y de otras que parecen serle próximas, como normalidad y madurez.

La definición casi canónica de salud ha pasado a ser la de la constitución de la OMS, según la cual la salud es «el completo estado de bienestar, físico, men-

tal y social, y no la mera ausencia de enfermedad». Esta definición suele ser muy bien valorada, tanto por ser una definición positiva (la salud no es ausencia de enfermedad, sino un estado con su contenido propio), como por su amplitud e integralidad, al asumir una perspectiva bio-psico-social. Sin embargo, esta definición plantea algunos problemas. Es claro que una comprensión integral de la salud y de la enfermedad es muy deseable, y que requiere la consideración de todos los factores que inciden en ella, sean éstos de naturaleza física, mental o social. Pero eso no quiere decir que los bienes o males del cuerpo, de la mente y de la sociedad puedan abarcarse en un concepto unívoco de salud o enfermedad, y que una persona no pueda considerarse sana encontrándose en una situación de malestar social. ¿El pobre o el disidente político no están sanos, al encontrarse en una situación de malestar social? ¿Es necesario vivir en Dinamarca o en Alemania para estar sano, desde esa definición de salud integral? El concepto mismo de bienestar es ambiguo, como ha señalado Larchet en su capítulo en este mismo libro ¿Qué significa bien-estar'? ¿Sentirse bien, o estar bien? ¿De qué naturaleza es ese estado?

Por otro lado, esta definición se parece mucho a la definición de felicidad de Boecio. El famoso filósofo cristiano del siglo V define la felicidad como «el estado perfecto por la reunión de todos los bienes» (*status omnium bonorum aggregatione perfectus*)[1]. Vemos que la felicidad es definida por Boecio como un estado, al igual que la salud según la OMS. En este estado se conjugarían todos los bienes, que, para la filosofía clásica son los bienes exteriores, los bienes del cuerpo y los bienes del alma. Es decir, los mismos ámbitos abarcados por el estado de bienestar que sería la salud según la OMS: el físico (bienes del cuerpo), el mental (bienes del alma) y el social (bienes exteriores). Ciertamente, para Boecio, estos tres bienes están eminentemente en Dios, en quien se encuentra la felicidad plena, la beatitud o bienaventuranza, cosa que de ninguna manera está implicada en la definición de la OMS, que aspira a un bienestar de tejas abajo. Sin embargo, hay claramente una superposición de ámbitos que revela que, cuando entidades políticas como la OMS intervienen en ámbito de la salud, están queriendo entrar en la regulación de la totalidad de la vida humana, es decir, están ingresando en terreno moral. O, más precisamente, se está realizando una absorción de lo moral por lo bio-sanitario.

Advertía sobre esta situación en el ámbito de la psicología el filósofo Yves Simon:

> Agreguemos que, entre las materias comúnmente estudiadas hoy bajo el título de psicología, algunas corresponden en realidad a un conocimiento propiamente moral, y no pueden ser comprendidas sino a la luz de principios morales.

[1] Citada por Tomás de Aquino en *Summa Theologiae,* I, q. 26, a. 1, arg. 1. Cuando citemos a santoTomás pondremos tanto los datos de la obra de que se trate, según su citación clásica, como la referencia al *Corpus Tomisticum* (Alarcón, s.f.). La traducción al español es, en todos los casos, mía.

> Hace tres cuartos de siglo, Ribot, cuyos esfuerzos por someter la vida afectiva a los procedimientos totalmente especulativos y positivos de la psicología moderna son conocidos, escribía que para la psicología moderna ya no hay pasiones buenas ni malas, como tampoco hay plantas útiles o nocivas para el botánico, a diferencia de lo que pasa con el moralista y el jardinero; paralelo seductor, pero sofístico, ya que si es accidental para una planta satisfacer o contrariar la mirada del amante de los jardines, una pasión, considerada en su ejercicio concreto, cambia de naturaleza según que favorezca o contraríe al agente libre. Ahora bien, la psicología moderna de la vida afectiva, sondeando el mundo del vicio y de la virtud prohibiéndose todo juicio de valor moral, por lo tanto arrastrada por del juego concreto de la libertad en un orden de cosas donde la naturaleza de la realidad considerada varía con los motivos de la elección voluntaria, presenta generalmente un penoso espectáculo de sistemática desinteligencia. Aquí, como en sociología, encontramos la última palabra del cientificismo. Después de la arrogante pretensión de someter los problemas metafísicos al juicio de la ciencia positiva, estaba reservado a nuestro tiempo asistir a la *fisicalización de las cosas morales*. Muchas personas alarmadas por la devastación que causa en las jóvenes inteligencias la lectura de los *sociólogos*, quieren reaccionar reclamando simplemente un uso más libre y clarividente de principios metodológicos considerados como intangibles, o como mucho la introducción de reformas metodológicas discretas, dejando a salvo el carácter totalmente positivo y especulativo de las ciencias morales distintas de la moral normativa. Nosotros creemos que no se podrá hacer nada contra la influencia tóxica de una cierta sociología si no se comienza por reconocer que toda ciencia del actuar humano, del ser moral, para comprender su objeto debe recibir de la filosofía moral el conocimiento de los valores morales (Simon, 1934, p. 136-141).

Por su parte, Gordon Allport, padre de la psicología de la personalidad, sostenía que para definir qué son la normalidad, la madurez y la salud no basta el dato empírico proporcionado por las ciencias psicológicas, sino que es necesario un criterio ético. Estas son sus palabras: «Para decir que una persona es *mentalmente sana, normal y madura*, necesitamos saber qué son la salud, la normalidad y la madurez. La psicología por sí sola no puede decírnoslo. Está implicado hasta cierto punto el juicio ético» (Allport, 1961/1964, p. 275). Por eso, si observamos las características del hombre normal, sano y maduro en Allport, encontramos claramente criterios de naturaleza filosófica y no puramente científico-experimentales.

Por nuestra parte, consideramos que los conceptos de normalidad, salud y madurez no se identifican completamente. La palabra normalidad hace referencia

a la adecuadción de una realidad a una norma. En el campo de la psicología, la normalidad se entiende de dos maneras distintas, que no deben confundirse: la normalidad estadística y la normalidad real. La normalidad estadística nos remite a la media estadística, que es un ente de razón que, en el mejor de los casos, remite a un estado de cosas, pero que no puede dar lugar a un deber ser. La normalidad real es la adecuación a la naturaleza de las cosas. En este segundo sentido, algo es normal cuando es como debería ser, según su naturaleza (Allers, 1938/1999). Esta normalidad puede variar según las edades. La salud parece ser un tipo particular de normalidad, pero no necesariamente toda normalidad corresponde al ámbito de la salud.

La palabra salud se aplica a muy diversas realidades. Se habla de un organismo sano, de una mente sana, de una sana filosofía, de una sociedad sana, etc. Cuando se habla así, se está predicando el concepto de salud de manera análoga. Nos detendremos aquí sólo en alguno de los analogados de la palabra salud.

La salud (y su contrario, la enfermedad), se predica primeramente del organismo. Como explica santo Tomás, la salud es una disposición entitativa, que consiste en una armonía de las partes y componentes del cuerpo vivo, de la que resulta que este puede desempeñar adecuadamente las distintas funciones vitales. Cuando el organismo enferma, este es arrastrado por un agente patógeno fuera de esta situación de armonía a un estado de desequilibrio que dificulta o impide su funcionamiento adecuado, e incluso pone en riesgo su vida (Echavarría, 2008). El agente patógeno puede ser físico o psico-social. Esto vale para la enfermedad corporal y para la enfermedad llamada mental.

Por analogía, se habla de salud moral, social y espiritual. La salud moral es el estado de virtud. Las virtudes son también disposiciones, como la salud corporal, pero no entitativas, sino operativas. La virtud es una disposición difícil de modificar, que clásicamente se llamaba *habitus*. Las virtudes disponen a la persona a la operación óptima según la naturaleza. En la persona virtuosa, sus potencias afectivas (voluntad y apetitos sensitivos) están dispuestas de tal manera que son dóciles a los dictámenes de la recta razón (*Summa Theologiae*, I-II, q. 55; Alarcón, s. f.).

Finalmente, tenemos una realidad intermedia entre la salud corporal y la salud moral, que es la recta disposición de la parte sensitiva del ser humano (sentidos internos y apetito sensitivo) en sí misma (no respecto de la norma de la recta razón, que es lo propio de la salud moral). La podemos llamar «salud psíquica» (Echavarría, 2006). Por causas psicológicas y conductuales, la parte senstitiva del ser humano, es decir, su dimensión instintiva, que es sumamente plástica y que se va disponiendo a lo largo de la infancia y la adolescencia para la vida intelectual y moral, podría desordenarse, dando lugar al desequilibrio psíquico. Cuando, en cambio, se halla bien dispuesta, tenemos un nivel específico de salud, que consiste también en disposiciones operativas, como la salud moral. Esta salud psíquica, depende de una base orgánica, pero es diferente de ella. Por otro lado, se encuentra en relaciones delicadas con la salud moral. Las disposiciones sensitivas están por

naturaleza hechas para integrarse en el orden moral. En la concepción de santo Tomás, por ejemplo, las rectas disposiciones de la parte sensitiva entran a formar parte de las virtudes morales como partes integrales suyas. Sus disfunciones afectan la vida moral, y el desorden moral tiene repercusiones sobre las disposiciones sensitivas. Para poner sólo un ejemplo, santo Tomás (*Sententia Ethicorum*, l. 6, l. 4, n. 9), recuerda que *templanza* se dice en griego *sophrosyne*, que literalmente significa salud de la mente, porque la templanza, ordenando los movimientos del apetito concupiscible relativos al placer y al dolor, salva el juicio de la mente (Alarcón, s.f.). La incontinencia y la intemperancia, por el contrario, descontrolando la relación del hombre con los placeres, afectan negativamente el juicio racional sobre la realidad, especialmente en ámbito práctico.

Distinto de los conceptos de normalidad y salud, es el de madurez. Maduro es aquello que ha llegado a su plentitud. A veces se confunde con el concepto de salud, como en la siguiente definición de salud del psicoanalista Donald Winnicott: estar próximo a ser aquello para lo cual se vino dotado al mundo (Winnicott, 1988/1993, 40). Aquello de lo que hablaba Allport, también es más madurez que salud o normalidad.

La diferencia entre normalidad y madurez es la más fácil de establecer. Llorar por tener hambre a los dos años de vida es normal, pero no es maduro. La noción de salud también se diferencia de la de madurez. Aquí nos interesa la salud psico-moral. La madurez implica, no sólo una disposición adecuada a la naturaleza que permite una operación humana buena, sino una disposición a la operación plena, al máximo, a lo que santo Tomás llamaba *ultimum potentiae*, lo último o perfecto de la potencia. En este sentido, con la palabra madurez se implica un estado de plenitud en la virtud.

2. MADUREZ Y VIDA PERSONAL

Nuestra intención es presentar una visión de la madurez humana a la luz del pensamiento de santo Tomás. Una manera posible de hacerlo, que yo mismo he seguido en otros lados, es la exposición de la concepción tomista de las virtudes (Echavarría, 2013a; Echavarría, 2015). Las teologales se refieren a la madurez humana en la relación a Dios, las intelectuales, a la madurez cognoscitiva, las morales, a la madurez afectiva. Pienso que esta manera de ver las cosas es muy sugerente y podría tener muchas virtualidades, y, de alguna manera, es la que han seguido los desarrollos de la *Positive Psychology* en los últimos veinte años. Se ha apuntado a las oportunidades que esto da para destacar la actualidad de la psicología tomista (Titus, 2017).

Pero, aunque es verdad que las virtudes constituyen una cierta madurez en el ser humano, porque las virtudes son las disposiciones que inclinan a las facultades a su operación perfecta, sin embargo, las virtudes pueden poseerse en muy distin-

tos grados. La posesión de una virtud incipiente es compatible con la posesión de muchas imperfecciones y defectos. Por eso santo Tomás habla de la posibilidad de crecer en las virtudes, sea extensivamente como, sobre todo, intensivamente (*Summa Theologiae*, I-II, q. 52; Alarcón, s.f.). Pienso que el concepto de madurez nos indica un grado de posesión de las virtudes que no es incipiente, sino final. Maduro es quien ha desarrollado al máximo su potencial, que tiene sus disposiciones afinadas al máximo y que actúa según esa disposición perfecta. A esto se llega por medio del desarrollo de la vida personal.

En el contexto de la obra de santo Tomás, este tema se desarrolla en el *Tratado sobre el hombre* de la *Suma de Teología*, al tratar sobre el hombre como imagen de Dios (I, q. 93; Alarcón, s.f.). Allí nos explica santo Tomás que todo hombre es imagen de Dios por su estructura esencial y por sus potencias espirituales, que le permiten conocer y amar a Dios; pero la concepción de la imagen en el Aquinate, como en muchos Padres de la Iglesia, es dinámica. Por eso santo Tomás agrega que es más imagen de Dios quien, no sólo, por su estructura esencial, puede conocer y amar a Dios, sino quien conoce y ama a Dios en acto. Dicho de otra manera, la perfección del hombre está en conocer y amar a Dios. Conociendo y amando a Dios en acto, nos parecemos más a Él, que se conoce y ama en acto, que cuando sólo tenemos esta capacidad en potencia. Con esta afirmación se nos está diciendo que es la vida personal la que perfecciona la imagen de Dios en nosotros. Ser imagen de Dios es algo que tiene más que ver con nuestras operaciones personales libres, bajo la acción de la gracia, que con la estructura natural de la vida humana, que es sólo el horizonte de posibilidad de nuestro desarrollo personal. Canals lo explica con estas palabras:

> La vida humana que consiste en las acciones no es ya pensable «biológicamente»; ni siquiera se puede dar razón de ella, en su existencia concreta -sino sólo en cuanto a las estructuras que la hacen posible como desarrollo de la plenitud del ente personal- desde una antropología universal. Resumiendo la terminología anteriormente aludida, diríamos que estamos ante aquello que, en su existencia concreta, pertenecería en cada caso a la «biografía» de cada hombre como persona.
>
> En esta perspectiva, el «principio» de la vida humana no ha de ser buscado en la línea de la esencia específica, como «forma» constitutiva del hombre como tal, sino que tiene que ser caracterizado, como principio de la vida humana, como el fin y bien que pone en marcha dinámicamente su proceso (Canals, 1987, p. 616).

La madurez humana integral es una cuestión de vida personal. No es el mero resultado de un desarrollo espontáneo de las posibilidades inscritas en la naturaleza de la persona, aunque todo desarrollo personal humano es un desarrollo de

estas potencialidades. Pero es un desarrollo intelectual y libre. Esto es algo que tiene que tener bien presente quien estudie el desarrollo humano, especialmente el desarrollo mental. Hay aspectos de este desarrollo que dependen de la interacción espontánea de la naturaleza y el medio, pero lo nuclear de este desarrollo es estrictamente personal. Un desarrollo personal que es una respuesta al encuentro personal, con las personas de nuestro entorno y, sobre todo y mediante ellas, con las Personas divinas.

Por esta razón, no hay un cuadro prestablecido en el que haya que encajar para ser maduro personalmente. Todos los seres humanos tenemos potencialidades comunes, y también algunas capacidades individuales que derivan de nuestra biología y de nuestra educación. Pero lo que se desarrollará a partir de ese horizonte de posibilidades es el resultado de la vida personal, vida de inteligencia, voluntad y amistad. Es, por ello, contranatural establecer una cuadro rígido de caracetrísticas de la personalidad madura. Por supuesto que la persona madura debe serlo por el desarrollo de sus potencialidades mediante las virtudes, y podemos clasificarlas y describirlas. Aun, más, esto es útil y necesario para comprender la vida plena. Pero la realización concreta de estas virtudes en la vida personal es algo que escapa por su naturaleza a la posibilidad de resumen en un cuadro, o a la evaluación mediante un test.

3. LA PERSONA

Para entender lo que venimos de decir, pienso que es necesario, antes que nada, entender qué queremos decir cuando hablamos de la persona. El ser humano no es un fenómeno más entre otros, ni un mero animal, un poco más evolucionado que los demás, ni un organismo, ni un sistema, sino que es una persona. El concepto de persona implica la posesión de una especial dignidad. Por ser persona el ser humano tiene una perfección que no poseen los otros entes materiales: es capaz de entender la esencia de las cosas, es capaz de volver sobre sí mismo (reflexión) y está dotado de libre arbitrio, de tal manera que es dueño de sus actos, de modo que no es «actuado», sino que actúa él por sí mismo, haciendo de la persona lo más individual y activo (*Summa Theologiae*, l, q. 29, a. 1, co.): «De un modo más especial y perfecto se da lo particular y el individuo en las sustancias racionales, que tienen dominio de sus actos, y no son sólo actuados, como las demás cosas, sino que actúan por sí mismos» (Alarcón, s.f.). Esta concepción contrasta no sólo con el punto de partida del conductismo radical, sino también con estas palabras de Freud en *El yo y el ello*: «Ha de sernos muy provechoso, a mi juicio, seguir la invitación de [...] G. Groddeck, el cual afirma siempre que aquello que llamamos nuestro yo, se conduce en la vida pasivamente y que, en vez de vivir, somos "vividos" por poderes ignotos e invencibles» (Freud, 1973, p. 2707; Echavarría, 2013b).

Esta concepción de santo Tomás tiene una consecuencia muy importante para la práctica de la psicología. Primero, por el respeto que se exige hacia la interiori-

dad del ser humano, que no puede ser forzado a revelar su intimidad, si así no lo quiere (Pío XII, 1958). En segundo lugar, porque su máxima individualidad como persona exige que siempre el tratamiento se enfoque de un modo especial. Si bien todos los seres humanos compartimos la misma naturaleza, y eso hace que tengamos facultades comunes, sin embargo cada uno debe ser al mismo tiempo tratado como algo especial y único.

En tercer lugar, a pesar de las limitaciones inherentes a la naturaleza humana y a las concretas imperfecciones que pueden restringir su pleno despliegue, la persona en cuanto tal es una realidad activa, que, por lo tanto, debe jugar también un papel activo en la formación y cura de su propia personalidad. Este es un aspecto que resalta claramente en la definición de personalidad, de inspiración tomista, de Magda B. Arnold: «La *personalidad* es la totalidad de las potencialidades, actividades y hábitos humanos, organizados por la persona en la búsqueda activa de su auto-ideal» (Arnold, 1969).

4. LA TRIDIMENSIONALIDAD DE LA VIDA PERSONAL

La vida personal, según santo Tomás, está signada por tres dimensiones, que son una huella de la interpersonalidad trinitaria. Estas tres dimensiones se pueden sintetizar, y a veces así lo hace santo Tomás, con la tríada agustiniana de memoria, inteligencia y voluntad (Echavarría, 2019a). San Agustín encuentra en toda la realidad las huellas de la Trinidad, que la ha creado. En toda criatura hay tres dimensiones: el modo, la especie y el orden (Bofill i Bofill, 1967a, p. 70-71). El modo se refiere a la dimensión de la subsistencia finita, caracterizada por la limitación de sus principios: toda criatura, por el hecho de serlo, tiene el ser recibido y finito, y una serie de determinaciones que la singularizan e indivividualizan. La especie, se refiere a la dimensión de la esencia de la cosa, por la que esta es el tipo de ente que es, y por la que es cognoscible. El orden es la dimensión tendencial de cada realidad, por la que esta se orienta a su perfección y bien propio. Modo, especie y orden, por lo tanto, se podrían reconducir a los términos subsistencia individual, esencia y tendencia.

En el orden de la vida humana, esta tridimensionalidad se manifiesta más especialmente, porque adquiere claramente los tintes de la vida personal. Por eso, modo, especie y orden se transforman en memoria, inteligencia y voluntad. Santo Tomás aclara que con estas palabras, san Agustín no se está refiriendo a tres potencias, que todavía estarían por actualizar, sino a la vida personal ejercida en acto (*Summa Theologiae*, I, q. 93, a. 7; Alarcón s. f.).

En primer lugar, la persona se caracteriza por un modo especial de poseer el ser. La persona es el máximo nivel de participación del ser entre las creaturas, por eso, santo Tomás decía que la persona es lo más perfecto que hay en toda la naturaleza (*Summa Theologiae*, I, q. 29, a. 3, co; Alarcón s. f.). Ese modo de po-

seer el ser es un modo reflexivo, recogido, íntimo (Echavarría, 2013c). Esto es la memoria sustancial de sí. A diferencia de las formas materiales, que están completamente derramadas sobre la materia a la que actualizan, las formas espirituales y subsistentes, como el alma humana, están vueltas sobre sí. El alma humana es verdaderamente forma, por lo que está en la materia actualizándola, aunque mejor sería decir, con santo Tomás, que es el cuerpo el que está en el alma, más que el alma en el cuerpo, porque la actualidad del alma trasciende la potencialidad de la materia, por su potencias espirituales (Echavarría, 2019b). Este modo de subsistir reflexivo es la base ontológica de la capacidad de reflexión de las potencias espirituales, es el fundamento de que podamos conocernos como un yo permanente en el tiempo, es decir, de que tengamos memoria intelectiva. Como explica santo Tomás en la q. 10, a. 8 *De veritate*, la mente está permanentemente presente a sí misma al modo de un hábito innato (Alarcón, s. f.). No se trata de un conocimiento actual y objetivo de sí, sino de una presencia inmediata de la mente a sí misma, que inicialmente está vacía de todo objeto. Cuando el intelecto se actualiza por el conocimiento del ente, simultáneamente nos experiementamos a nosotros mismos como cognoscentes y existentes, es decir, como un yo. En todo acto de conocimiento y de volición, la persona se experimenta, en ese mismo acto, en su ser, como un yo. La persona es, por lo tanto, un ente profundamente arraigado, ontológica y cognoscitivamente en su ser. Por esta dimensión también, la persona se experimenta en su duración espiritual, como explica santo Tomás en la q. 79 de la Iª pars (Bofill, 1967b, p. 237-244).

Ciertamente, la persona humana es un yo que no es puramente espiritual, sino también corpóreo, y de esa corporeidad derivan muchos límites, pero a su vez, esa corporeidad es una corporeidad integrada en una sustancia que subsiste con un ser espiritual (Echavarría, 2019b). Desde la conciencia espiritual del yo, se recogen todos los otros niveles de conciencia, pues el ser humano se percibe, desde el espíritu, como un ente corpóreo que experimenta la realidad a partir de la sensibilidad. Antes de sentir, el alma es como una tabula rasa, en la que no hay nada escrito. Por eso, el intelecto debe abstraer la semejanza inteligible de las cosas para poder estar en acto de posesión de su objeto, y de posesión consciente de sí mismo en acto. Eso que es abstraído pasa a enriquecer el tesoro de la memoria espiritual, desde la que puede concebir y discurrir intelectualmente.

La persona es, además, el ente que está abierto trascendentalmente a la verdad y a la bondad del ente. En *De veritate*, q. 1, a. 1, co, santo Tomás explica que los hoy llamados trascendentales de la verdad y del bien, no suponen una determinación del ente en el sentido de una limitación, pero que agregan algo a ente: su respectividad al alma (Alarcón, s f.). El alma es *quodammodo omnia*, porque en cierto modo (en potencia) se extiende tanto como el ente. Aunque no es un trascendental, porque no se predica en todos los géneros, es una apertura trascendental que abarca tanto como el ente. El alma y, en general, la persona, es un ente que por su naturaleza es tal que conviene con todas las cosas. La respectividad del ente al in-

telecto corresponde al trascendental *verum*; la correspondencia del intelecto con el apetito, corresponde al trascendental *bonum*.

La persona es pues, algo que, en cierto modo, se extiende a todo, porque puede convenir con el ente por el conocimiento y por el apetito. La persona está hecha para la verdad y para el bien, y se frustra si no desarrolla su destinación a la verdad y al bien. Cuando conoce la verdad, la expresa íntimamente en la palabra mental, y exteriormente en la palabra proferida. Cuando esta verdad es una verdad profunda, se le presenta al apetito como un bien, que se imprime profundamente en el afecto y así la voluntad prorrumpe en amor.

5. LA MADUREZ DESDE LA TRIDIMENSIONALIDAD DE LA VIDA PERSONAL

La tridimensionalidad de la vida personal nos permite pensar lo que es la madurez personal. Uno es maduro en la medida en que tiene plenamente desplegadas las tres dimensiones de la memoria, la inteligencia y la voluntad. A continuación se desarrolla cada una de estas tres dimensiones de la madurez personal:

a. Dimensión de la memoria: La memoria es la dimensión de la *identidad* personal. Una persona madura está plenamente radicada en su ser personal. Esto quiere decir, en primer lugar, que tiene conciencia de su yo y que vive plenamente desde su interioridad. Vivir en sí mismo, habitar en su propio yo y vivir desde el corazón es propio de la persona madura. Lo contrario es vivir enajenado, en la exterioridad o la inconsciencia, de manera reactiva y no desde lo profundo del corazón.

La madurez de la memoria implica también, la aceptación de sí mismo en todas las dimensiones. Primero que nada, la aceptación de la propia naturaleza, con sus determinaciones y limitaciones físicas y morales. La aceptación del propio cuerpo, con sus características. Por lo mismo, la aceptación y asunción de la propia sexualidad como un aspecto fundamental de la propia identidad. Lo contrario es el rechazo de sí, o de una parte de sí, el tratarse a sí mismo o al propio cuerpo como una cosa, y no como un aspecto del ser personal, la no aceptación de los límites impuestos por la propia naturaleza y por el propio cuerpo, lo que puede derivar en el trastorno de la identidad.

Esta aceptación implica en sí el reconocimiento de que procedemos de otros, de que somos causados. Primeramente, de que somos hijos de unos determinados padres; en segundo lugar, el de que provenimos de una determinada tradición; en tercer lugar, de que somos criaturas, que recibimos todo nuestro ser de Dios. Esto implica el reconocimiento de una deuda, y nos da la tarea de asumir personalmente lo recibido. Lo contrario es la consideración de sí como autocreación, como constructor autónomo de la propia identidad, sin referencia alguna al origen.

b. Dimensión de la inteligencia y la palabra: Se trata de la dimensión de la relación con la verdad y su comunicación. Por la inteligencia, la persona está radicalmente dirigida a la verdad como aquello de lo que vive. La verdad vivida nos hace verdaderos, plenifica nuestra interioridad y nos hace capaces de comunicar a otros esa vida. La verdad se expresa, primeramente en la palabra interior. La plenitud de esa palabra es la sabiduría. La palabra del corazón se expresa también exteriormente por la palabra proferida. Cuando la palabra proferida exteriormente es la palabra alumbrada en el corazón, esa palabra puede ser vida también para los demás. Esta es la dimensión de la fecundidad. Erich Fromm dice que la personalidad madura es la que tiene una orientación productiva (Fromm, 1947). En realidad, esa palabra, de tintes neomarxistas, no es la adecudada. Es mejor la palabra *fecundidad*. Quien vive en la verdad es capaz de engendrar una palabra del corazón plena de sentido, que puede ser comunicada de tal manera que suscite vida. De aquí nace toda verdadera paternidad y maternidad. Primero que nada, la paternidad y maternidad bien vividas, que no consisten sólo en engendrar biológicamente, sino también en comunicar la propia vida interior a los hijos. Santo Tomás explica (en *In IV Sent.*, dist. 26, q.1, a.1) que el matrimonio no se orienta sólo a engendrar a los hijos, sino también a «la conducción y promoción de la prole hasta el estado perfecto del hombre en cuanto hombre, que es el estado de virtud» (Alarcón, s. f.). Muchos toman esas palabras como la definición tomista de educación (Martínez, 2002; Millán Puelles, 1989). Ser padre es sobre todo comunicar vida espiritual, intelectual y moral. Ser maestro es una manera de ser padre. Desde el punto de vista de la madurez, esto implica una asunción, no sólo de la referencia a la verdad, sino de la paternidad y de la autoridad. Cuando no se asume la vida en la verdad, como en nuestra sociedad de la posverdad, se termina por la pérdida del sentido de la paternidad y de la autoridad, y por el rechazo de las responsabilidades como padres, educadores y gobernantes.

c. Dimensión de la voluntad y el amor: La palabra que brota del corazón es una palabra llena de sentido que suscita amor. El amor personal es fundamental para la plenitud de vida que es la madurez. Hay dos tipos de amor, el amor de cosa (*amor concupiscentiae*) y el amor de persona (*amor benevolentiae*). Santo Tomás explica que lo que amamos primeramente y por sí es a la persona. Las realidades no personales son amadas como bienes para las personas, que son el bien subsistente que se ama en primer lugar (*Summa Theologiae*, I.II, q. 26, a. 4; Alarcón s. f.). Quien ama a las personas sólo con amor de cosa, en realidad es un egocéntrico que se ama a sí mismo por medio de los demás. La madurez implica el poder salir de sí por el amor personal, amando a los otros como *alter ipse*, otro yo, otro sí mismo. El amor personal tiene dos aspectos aparentemente contrarios, pero que se complementan. Por el amor nos trascendemos, ya que no vivimos en nosotros mismos, sino en la persona amada: «vivo sin vivir en mí». Al mismo tiempo, por el amor, la persona amada pasa a existir también en nuestro corazón, de una manera distinta a la existencia física o cognoscitiva. El amor produce la mutua interpenetración de dos almas en una sóla

unión afectiva (*Summa Theologiae*, I-II, q. 28, a. 1; Alarcón, s. f.). Sin esto, la vida humana está incompleta. El amor pleno y maduro implica que esa plena posesión de sí, por la memoria y la palabra del corazón, se transforme en entrega de sí como don a la persona amada. Lo contrario de esto es la incapacidad de amar, es decir, la incapacidad de salir de sí por el amor a otro yo, y la incapacidad de incorporar al otro como parte de nuestra vida íntima. Así empieza la activación de la vida mental de la persona en la primera infancia: cuando, por la entrega de unos padres como don a sus hijos, estos, incorporándolos como objeto amado en su interior, se ven movidos a actualizarse desde la memoria profunda, hacia la palabra, hasta la entrega de sí por el amor. La máxima realización de esto se da en el orden sobrenatural, por la memoria, inteligencia y amor de Dios. Todo el desarrollo de las virtudes del carácter tiene aquí su punto de apoyo, su fuente de energía y su sentido.

6. CONCLUSIÓN

La madurez humana se puede abordar de muchas maneras. Esta madurez consiste en el desarrollo máximo de las propias potencialidades, por las virtudes. Esta madurez no puede ser encerrada en un cuadro sinóptico, ni en las fórmulas de un test psicológico, porque es el resultado del pleno despliegue de la vida personal, que es vida de memoria, inteligencia y voluntad, una vida que brota de un corazón profundo que emana una palabra que suscita vida, por el amor. La donación personal por el amor oblativo es el máximo despliegue de la vida personal y el punto de referencia de una concepción profunda de lo que es la madurez.

REFERENCIAS

Alarcón, E. (s.f.). *Corpus Thomisticum*. http://www.corpusthomisticum.org/

Allers, R. (1938/1999). Reflexiones sobre la patología del conflicto. En I. Andereggen & Z. Seligmann, *La psicología ante la gracia*. EDUCA, pp. 291-301.

Allport, G. W. (1961/1964). *Pattern and Growth in Personality*. London: Holt, Rinehart and Winston.

Arnold, M. B. (1969). Human Emotion and Action. In T. Mischel (Ed.). *Human Action: Conceptual and Empirical Issues* (pp. 167–196). Academic Press.

Bofill i Bofill, J. (1967a). Note sur la valeur ontologique du sentiment. Double point de vue des phénomènes psychiques. Le problème du sentiment. En J. Bofill i Bofill, *Obra filosófica* (pp. 69-74). Ariel.

Bofill i Bofill, J. (1967b). Consideracions sobre el temps, mode de presencialitat. En En J. Bofill i Bofill, *Obra filosófica* (pp. 237-244). Ariel.

Canals Vidal, F. (1987). *Sobre la esencia del conocimiento*. PPU.

Titus, C. S. (2017). Aquinas, Seligman, and positive psychology: A Christian approach to the use of the virtues in psychology. *The Journal of Positive Psychology,12*(5), 447-458.

Echavarría, M. F. (2019a). La mente como imago Dei según Tomás de Aquino. Espíritu, 68(157), 223-252.

Echavarría, M. F. (2019b). La corporalidad humana según Tomás de Aquino. *Revista Española de Teología*, 79(3), 345-366.

Echavarría, M. F. (2015). *La formación del carácter por las virtudes. Estudios interdisciplinarios. Vol. 2. Prudencia, Justicia y Fortaleza: Propuestas terapéuticas y educativas.* Scire.

Echavarría, M. F. (2013a). *La formación del Carácter por las Virtudes. Vol. 1 - Templanza e Intemperancia: Propuestas Terapéuticas y Educativas*. Scire.

Echavarría, M. F. (2013b). Personalidad y Responsabilidad: La clínica de la personalidad desde una perspectiva antropológica. Polaino Lorente, A. & Pérez Rojo, G. *Antropología y Psicología Clínica*. Madrid: CEU Ediciones, 51-73.

Echavarría, M. F. (2013c). El modo de subsistir personal como reflexión sustancial según Tomás de Aquino. *Espíritu*, 62(146), 277-310

Echavarría, M. F. (2008). Las enfermedades mentales según Tomás de Aquino[I]. Sobre el concepto de enfermedad. En *Scripta Mediaevalia*, 1, 91-115.

Echavarría, M. F. (2006). La enfermedad psíquica (aegritudo animalis) según santo Tomás. En *Proceedings of the International Congress on Christian Humanism in the Third Millennium: The Perspective of Thomas Aquinas*. Libreria Editrice Vaticana.

Freud, S. (1973). *Obras*, *vol. 3.* Biblioteca Nueva.

Fromm, E. (1947). *Man for Himself. An Enquiry into de Psychology of Ethics*. Fawcett.

E. Martínez (2002). *Persona y educación en Santo Tomás de Aquino*. Fundación Universitaria Española.

A. Millán Puelles (1989). *La formación de la personalidad humana*. Rialp.

Pío XII (1958). Alocución a los participantes al XIII Congreso Internacional de Psicología aplicada. *Acta Apostolicae Sedis*, L, 268-282.

Simon, Y. (1934). *Critique de la connaissance morale*, Desclée de Brouwer, Paris 1934.

Winnicott, D. (1988/1993). *La naturaleza humana*. Paidós.

CAPÍTULO 8
MADUREZ, VIRTUD Y ACOMPAÑAMIENTO PSICOLÓGICO:UNA APROXIMACIÓN A LA OBRA DEL P. L. M. MENDIZÁBAL, S.I.

Juan Pardo De Santayana Galbis[1]
juan.pardo@ufv.es
Santiago Jesús Bohigues Fernández[2]
sjbohigues@gmail.com
[1]*Universidad Francisco de Vitoria, Madrid, España*
[2]*Facultad de Teología San Vicente Ferrer, Valencia, España*

En la presente comunicación se esbozarán las nociones de "madurez" y de "virtud" para mostrar la confluencia de ambas en la labor de acompañamiento psicológico propuesta por el P. Luis María Mendizábal, S.J.

1. MADUREZ

Al estudiar el concepto de madurez llama la atención la dificultad de la tarea. Es evidente que no hay un consenso respecto a lo que esto significa de una manera global y, por lo tanto, se requiere un estudio de la madurez desde distintas aproximaciones.

En la mentalidad común parece que el concepto de madurez remite culturalmente a una idea clara: algo en su sazón, algo que ha llegado a un punto óptimo de desarrollo; pero cuando hablamos de la persona, este punto de sazón o de desarrollo óptimo no es fácil de describir si no añadimos la preposición "para", que según la RAE indica: "la utilidad, el destino o el uso de algo".

La palabra madurez, según la RAE[2], significa la "condición o estado de maduro", el "período de vida en el que se ha alcanzado la plenitud vital y aún no se ha llegado a la vejez" y, finalmente, "buen juicio o prudencia, sensatez".

Tenemos, pues, tres realidades diferentes: un estado, un momento y una manera de actuar. Estas características van a aparecer en las diferentes aproximaciones al concepto de madurez que hemos estudiado dando lugar a perspectivas muy diferentes.

Desde el punto de vista histórico, la experiencia humana a la que alude el concepto de madurez se ha expresado de diferentes formas. Es una realidad que no atañe solamente a la persona, sino a la sociedad en su conjunto. Especialmente en determinadas situaciones, la madurez manifestada por los miembros de una comunidad puede marcar la diferencia entre la supervivencia y la muerte, entre la pobreza y la prosperidad. Por eso es fácil identificar en todas las culturas, rituales que marcan los hitos que se van recorriendo en la maduración de las personas. Estos rituales, entonces como ahora, están diseñados conforme a una imagen ideal del desarrollo de la persona.

En el trabajo de Levine[3] (1982), citado por Kiefer[4] (1988), la madurez, en sociedades que podemos definir como primitivas, aparece identificada con la edad adulta; lo normal es que los adultos que superen la infancia desarrollen las competencias para desarrollar una vida conforme a las necesidades de la tribu. Todas las personas de la comunidad son iguales y todas repiten un mismo ciclo, marcado en sus momentos más importantes por ritos de iniciación que acompañan los procesos de desarrollo.

La tradición se transmite de manera oral entre las diferentes generaciones, generalmente a través de historias como queda recogido en la obra de Foley[5]. Las personas interpretan sus experiencias a la luz de las historias y la tradición les permite comprender el sentido de los rituales de transición.

El hombre entra en contacto con la obra de sus antepasados y esto le hace tener una conciencia diferente de su propia existencia y de la trascendencia que puede tener, desarrollando unas primeras concepciones ideales de la persona, primero como héroe y luego como santo. Dos culturas clave en el desarrollo de estos ideales son la cultura griega y la cultura judía.

La aparición de Jesucristo en la historia de la humanidad introduce conceptos nuevos sobre la adquisición de la madurez que da lugar a la felicidad o vida logra-

---

2 Diccionario de la Real Academia Española: Recuperado 19 Noviembre, 2021 de https://dle.rae.es/madurez

3 Levine, A.J. (1982). La adultez entre los massai de Kenia. En N.J. Smelser y E.H. Erikson (Eds.), *Trabajo y amor en la edad adulta.* Grijalbo.

4 Kieffer, C.W. (1988). *The Mantle of Maturity: A History of Ideas About Character Development.* State of New York Press.

5 Foley, J.M. (1990). *Traditional Oral Epic.* University of California Press.

da. Desde muy temprano se pone el foco en el mandamiento principal dado por Jesucristo: este es mi mandamiento: "que os améis los unos a los otros como Yo os he amado" Jn 13, 34. De aquí la idea de que el ideal de madurez que lleva a la perfección cristiana (llamada a ser la perfección de todo ser humano) es la caridad.

San Pablo presenta la vida cristiana como una cooperación entre la persona y el Espíritu Santo, que es el espíritu del hombre nuevo. Dios nos configura a imagen de su hijo y nosotros debemos reproducir su imagen en nosotros, apropiándonos de las disposiciones interiores de Cristo. Revestirnos de Cristo y formarlo en nosotros. La madurez es la medida de la plenitud de Cristo, como aparece en Ef 4,13.

Esta idea permanece en los primeros años y a lo largo de toda la historia de la Iglesia.

San Agustín (354-420), identifica la madurez (perfección) con la virtud de la caridad. Habla de una perfección absoluta, que es la caridad absoluta y que solo pertenece a Jesucristo, y una perfección relativa que califica como un esfuerzo constante hacia lo mejor. Los medios para alcanzar la perfección son la mortificación cristiana y la práctica de las virtudes.

Para Santo Tomás la perfección cristiana es la perfección de la virtud de la caridad, es el acto propio de la caridad y de las virtudes imperadas por la caridad. Se incrementa cuando produce más intensamente su propio acto de amor. Se trata, principalmente, del amor a Dios y después el amor al prójimo. Es una caridad efectiva, produce obras por amor a Dios. Debe ser perfeccionada por la sabiduría. Reconoce que las virtudes sin los dones del Espíritu Santo no pueden ser perfeccionadas. La perfección puede crecer indefinidamente aquí en la tierra.

Con el Renacimiento y la Ilustración aparecen nuevos paradigmas de madurez. Kiefer (1988) identifica tres: el héroe renacentista, mundano e intelectual, optimista y dedicado al arte; la persona madura de la reforma, centrado en el trabajo y en la sencillez, ascético y obediente a Dios en cuanto a lo de alejarse de la frivolidad; y un perfil medio, de naturaleza estoica, intelectual pero tolerante con la fragilidad.

Una de las grandes rupturas con las tendencias mantenidas en la Edad Media y que dan pauta para el comienzo de la Modernidad, es la obra de Hobbes Influenciado por Ockham, por Duns Scoto, y especialmente por Galileo, formula su teoría sobre la mente humana como una máquina: el conocimiento solo se puede alcanzar por la experiencia y sólo a través de ella podemos alcanzar la verdad. Son las bases del empirismo que darán, más tarde, lugar al funcionalismo. Según Kiefer (1988), esta visión da lugar al utilitarismo, que acaba de borrar los conceptos medievales sobre una madurez basada en la súplica a Dios o el hombre de acción que identifica su madurez con el mantenimiento de su honor.

Kant aparece como el modelo de la racionalidad, proponiendo la perfección moral por la sola razón, al margen de los instintos y de la religión que mantiene su papel de sancionar y aprobar esa perfección.

Entre los siglos XVII y XIX se produce un crecimiento del individualismo y del racionalismo que acaba produciendo la reacción romántica que contrapone la unicidad del espíritu individual reconociendo en cada hombre la facultad innata de alcanzar la madurez. Importantes en esta etapa las aportaciones de Rousseau, Schopenhauer, Nietzsche, que tienen una gran influencia en la organización del pensamiento en el siglo XX.

2. DESARROLLO DEL CONCEPTO DE MADUREZ PSICOLÓGICA EN EL SIGLO XX.

La mayoría de las referencias a la madurez en este período, bien como madurez psicológica o como madurez emocional, están dentro de las perspectivas psicoanalítica, clínica, psicodinámica y, sobre todo, evolutiva.

La perspectiva psicoanalítica con Willoughby (1932; en Griffin, 1976)[6] rechaza la normalidad estadística como un criterio para el estudio de la madurez. Señalan la distancia que hay entre los conceptos teóricos de lo que se supone que es la madurez, frente a lo que se describe como maduro ante un determinado sujeto. La descripción de Willoughby de lo que manifiesta una persona madura recoge expresiones muy poco concretas: "la personalidad completamente desarrollada es reposada, tranquilamente creativa y relativamente libre tanto de exaltaciones como de desesperaciones". King (1951; en Griffin, 1976) por su parte, identifica algunos rasgos más precisos: Capacidad de relacionarse con los demás como fines y no como medios, orientación a la realidad, capacidad de asumir diferentes perspectivas, una estructura del yo que permite mantener una conducta organizada y responsable.

Saul y Pulver (1962)[7] desde la psicodinámica presentan una idea un tanto pesimista de la madurez, como una realidad difícil de alcanzar: "sería necesaria una crianza perfecta en los primeros seis años de vida". La descripción de la persona madura está llena de apreciaciones imprecisas: "una persona completamente madura es menos vulnerable, más adaptada que una inmadura; menos dispuesta a abandonar un manejo maduro de la realidad a favor de reacciones neuróticas regresivas o infantiles".

Boelen[8] (1962, 1978), sobre la base de la fenomenología y el existencialismo, es, por el contrario, optimista: "la madurez es la completa realización de nuestras potencias esenciales o actualización de nuestra auténtica existencia… No es

---

6 Griffin, S.E. (1976). Psychological maturity in adults: A factorial analysis and a theoretical model. Pennsylvania State University. ProQuest Dissertations Publishing.

7 Saul L.J. y Pulver, S. (1962). *The Concept of Emotional Maturity as Seen by a Psychiatrist.* Actas del symposium de la Asociación Americana para el Avance de la Ciencia. Philadelphia.

8 Boelen, B.J. (1962). *The Maturity Concept in Contemporary Philosophy, Nontechnical.* Actas del symposium de la Asociación Americana para el Avance de la Ciencia. Philadelphia.

el fin del crecimiento, sino el comienzo de la manera plena de crecer". Casi todos los rasgos de la persona madura que propone comienzan con el verbo aceptar: aceptación del propio cuerpo, de los demás, de los valores, experiencias, emociones, etc.

Allport[9] (1961) desde el personalismo, define la personalidad madura desde seis criterios: 1) Extensión del sentido de sí mismo, 2) relación emocional con otras personas, 3) aceptación de sí mismo o seguridad emocional, 4) percepción de la realidad que se traduce en las aptitudes y tareas, 5) conocimiento de sí mismo y sentido del humor, y 6) filosofía unificadora de la vida. Entiende la madurez como un ideal difícil de alcanzar, no ligado necesariamente a la edad, y con una estrecha vinculación con la ética. Recalca el sufrimiento como algo no deseable pero que ayuda a madurar.

Desde la perspectiva clínica tenemos a Wijngaarden[10] (1968). Coincide con Boelen en la importancia de la aceptación de las diversas realidades de la vida que le lleva a hacer una primera definición que tiene que ver con la manera en que nos enfrentamos a la realidad y se resuelven las dificultades. Subraya, también, la independencia a la hora de escoger las propias metas. Pone el acento más en cómo se toman las decisiones que en las cosas que se eligen. Son apreciaciones personales que va haciendo a lo largo de su experiencia, pero no dispone de un programa empírico.

Dentro de la perspectiva evolutiva, que es donde tenemos más autores, destaca el trabajo de Heath[11] (1977, 1991) que realiza una extensa revisión. Entiende la persona como un "sistema en maduración" que puede describirse desde cuatro sectores de personalidad (habilidades cognitivas, autoconcepto, valores y relaciones personales), que a su vez se definen por cinco dimensiones evolutivas independientes.

Heath considera que su modelo es aplicable a cualquier sujeto, independientemente de su raza, sexo o cultura; lo atribuye a factores genotípicos, aunque no descarta que las expresiones concretas sean fenotípicas. Afirma que el desarrollo de las diferentes dimensiones es interdependiente y recalca la importancia de la adaptación: "adaptarse es una relación óptima entre el ajuste a las demandas del ambiente y la satisfacción de las propias necesidades y el uso del rango más amplio posible de talentos personales", Heath[12] (1980).

Otras aportaciones desde la psicología evolutiva son las de Jersild, Carter y desde España y más reciente la de Serra y Zacarés.

---

9 Allport G.W. (1961). *La personalidad: su configuración y desarrollo.* Herder.

10 Wijngaarden, H.R. (1968). What Is Psychological Maturity? Proceedings of the Christian Association for Psychological Studies. April, 45-50.

11 Heath, D.H. (1991). *Fulfilling lives: paths to maturity and success.* Jossey-Bass.

12 Heath, D.H. (1980). Wanted: A Comprehensive Model of Healthy Development. *Personnel and Guidance Journal, 58*, 391-399.

Jersild[13] (1963, en Griffin 1976), define la madurez como el "grado en el que una persona ha descubierto y es capaz de emplear los recursos de los que va llegando a disponer en el proceso de crecimiento".

Carter[14] (1974) identifica algunos de los rasgos de la personalidad madura: visión realista y aceptación de sí mismo y de los demás, vivir el momento presente, identificación y elección de los propios valores y desarrollo de habilidades para la gestión de la vida cotidiana.

Finalmente, Serra y Zacarés[15] (1991), identifican una serie de variables evolutivas y de características psicológicas que definirían la personalidad madura.

3. VIRTUD

El concepto de virtud (*areté*) aparece como eje del pensamiento de los filósofos tanto griegos como romanos y es un camino de perfección y excelencia, el eje de la vida moral. Sócrates identifica la virtud con la sabiduría, identifica la virtud con el saber sobre el bien. Platón, siguiendo la idea de la importancia del aspecto intelectual, incorpora conceptos como armonía, medida, proporción, salud del alma y medio de purificación de las pasiones. En la Ética a Nicómaco, Aristóteles, nos aporta una idea más amplia de la virtud, que ya no se remite principalmente a la inteligencia, sino que incorpora el aspecto afectivo. Describe la virtud como una disposición estable de las facultades operativas, tanto intelectivas como apetitivas.

Conviene señalar a los estoicos como Séneca, Cicerón o Marco Aurelio, que van a tener gran influencia en escritores y filósofos posteriores como San Ambrosio. El ideal de la vida es vivir conforme a la naturaleza, es decir seguir la razón, esto les acaba llevando a que la vida virtuosa se convierte en un fin en sí misma y no en un medio para llegar una madurez o vida lograda. Este concepto es fácilmente reconocible en diversos ámbitos, especialmente de tipo religioso.

Santo Tomás distingue el concepto de hábito o costumbre en el obrar, del *habitus*, que define como "disposiciones estables que desarrollan el poder de nuestras facultades y nos hacen capaces de realizar acciones de calidad"[16].

Aquí ya percibimos una relación entre la disposición y la cualidad o aptitud: las disposiciones desarrollan el poder de nuestras facultades y hacen capaz, a la persona en su conjunto, de realizar acciones de calidad. Es la persona la que las realiza intencionalmente, y no una mera costumbre realizada automáticamente.

---

[13] Jersild, A.T. (1963). *The psychology of adolescence*. Collier-MacMillan.

[14] Carter, J.D. (1974). Maturity: Psychological and Biblical. *Journal of Psychology and Theology*, *2(2),* 89-96.

[15] Serra, E. y Zacarés, J.J. (1991). A qué llamamos madurez. *Revista de Psicología de la Educación*, *3(8),* 1-18.

[16] Pinckaers, S.T., *Las fuentes de la moral cristiana*. Versión castellana de 2007. EUNSA.

Aquí nos encaja la descripción de Pinckaers (1985): las virtudes las podemos considerar como "disposiciones a obrar cada vez mejor, obtenidas por una sucesión de actos inteligentes y libres".

En la tendencia actual, donde tiene mucha fuerza el modelo de la moral autónoma, la importancia está en la norma, no importa qué es bueno, sino qué hay que hacer. El concepto de virtud está relacionado con una "orientación genérica de la voluntad hacia el bien"[17]. La virtud se remite más a una buena voluntad de la persona a la hora de gestionar sus acciones, actuar con "buena intención".

Frente a estas teorías se ha planteado, en el siglo pasado, una nueva ética de la virtud que, según Trigo, tiene como principal preocupación. "la formación de un determinado carácter moral en el que son más importantes las disposiciones internas, las motivaciones, y los hábitos del sujeto, que los juicios sobre las acciones externas y sus consecuencias"[18].

Podríamos decir que la virtud define una disposición estable pero genérica hacia el bien, y necesita de las virtudes para concretar esa disposición con relación a los diferentes bienes específicos.

Para estudiar la naturaleza propia de las virtudes podemos estudiar los términos que empleamos para definirlas. Tenemos en virtud los siguientes conceptos: cualidades, disposiciones, y en virtudes: disposiciones y aptitudes.

- La palabra "cualidad" viene del latín *qualitas* y significa "conjunto de propiedades que se consideran particulares y distintivas"[19].
- La palabra "aptitud" viene del latín *aptitudo* y significa "capacidad, destreza, facultad"[21].
- La palabra "disposición" viene del latín *dispositio* y significa "acción y efecto de poner en un lugar adecuado"[22].

Tenemos, por un lado, términos que nos hablan de lo que la persona posee, de cómo es: cualidades y aptitudes, es decir propiedades distintivas, capacidades, destrezas, facultades, y, por otro lado, un término que tiene que ver con la voluntad de la persona que se dirige intencionalmente a construir un determinado tipo de actos: disposición.

---

17 Schüller, B. (1997). *La fondazione dei giudizi morale. Tipi di argomentazione etica in Teologia Morale,* San Paolo.

18 Trigo, T. (2013), *Naturaleza de la virtud y organismo de las virtudes* (XII-XVIII). En A. Sarmiento, E. Molina y T. Trigo (Eds), Teología Moral Fundamental. EUNSA.

19 www.etimologias.dechile.net

21 Ibidem.

22 Ibidem.

Son dos visiones complementarias, no basta tener una buena disposición para ser capaz de construir actos excelentes, sino que hay que tener las propiedades, capacidades o destrezas necesarias para llevarlas a cabo.

El problema se produce cuando se centra la atención en el medio y no en el fin. El fin de la virtud, como hemos visto, consiste en alcanzar la plenitud humana y sobrenatural, realizar acciones buena calidad o hacer el bien, no ser virtuoso, ser virtuoso solamente es el medio.

Tenemos, pues, que hay disposiciones estables, que, con las cualidades y aptitudes adecuadas, nos permiten construir una vida excelente.

4. LA MADUREZ SEGÚN MENDIZÁBAL

Siguiendo la Constitución *Lumen Gentium* del Concilio Vaticano II, Mendizábal[20] (1965) propone que, desde la aparición de Jesucristo, todo hombre está llamado a la perfección de la santidad. Una santidad que enmarca en la relación de intimidad con Dios. Para poder vivir esto todo "hombre debe conocer cómo obtener y en qué consiste esa perfección" (p.9).

Identifica uno de los problemas de su tiempo respecto al concepto de perfección: "La naturaleza de esta perfección está también hoy en discusión, y a menudo se ilumina en sus elementos materiales más que en aquello que formalmente la constituye" (p.9).

Reconoce que la Teología Espiritual nos ayuda reconocer el camino que lleva a la madurez cristiana y reconoce que la perfección cristiana, recogiendo la Tradición de la Iglesia y estudiando la Sagrada Escritura, está fundada en la caridad.

Mendizábal se pregunta sobre el concepto de caridad que se reconoce como perfección del hombre. Se pregunta si se trata del hábito de la caridad o del acto de la caridad, y postula que "la perfección cristiana consiste en un estado habitual de caridad" (p.10). Y define este estado con los mismos términos empleados en definir la virtud: "Se trata (…) de un estado del hombre obtenido por medio del ejercicio, diverso de la mera actuación y caracterizado por esa capacidad para discernir el bien el mal" (p.10).

Distingue entre una perfección moral, dirigida a la actuación práctica, y que identifica como la preparación para el combate que se produce por la perfección ascética del cristiano; mientras que identifica la perfección cristiana como la preparación del atleta. Pone el acento en la importancia del aspecto práctico "pues un hombre puede estar bien preparado y, sin embargo, no pelear bien su combate" (p.10)., pues "no se trata tanto del discernimiento espiritual como de la actuación práctica" (p.10).

[20] Mendizábal, L.M. (1965). *Apuntes de Teología Espiritual.* Pontificia Università Gregoriana.

Una de las distinciones muy repetidas en los cursos y conferencias impartidas, es la que realiza entre el concepto de perfección de madurez y el de perfección de irreprensibilidad, poniendo el acento, no tanto en el hecho de la culpa sino en el del conocimiento. Identifica la madurez con el conocimiento: “no siempre es difícil hacer lo que es más perfecto y si entender lo que es más perfecto” (p.10), y por lo tanto podemos encontrar niños sin culpa, pero inmaduros e igualmente encontrar personas maduras, pero con culpa.

Indica el camino de perfección, no cómo la búsqueda de la irreprensibilidad, sino como un crecimiento continuo en el discernimiento del bien y del mal, en docilidad con Dios, configurando lo que denomina como el “sentido interior” del hombre.

Cuando aborda el trabajo de definir con claridad cual es la perfección de la madurez cristiana, Mendizábal adopta la analogía de la psicología para analizar la personalidad, frente a la tendencia habitual a fundamentarse en la filosofía: “la analogía que sacamos de la psicología humana de la personalidad no es menos científica que la que se toma de la filosofía humana” (p.12).

Se pregunta Mendizábal sobre qué es la personalidad, “la persona en sentido psicológico”, y se responde afirmando: “en un sentido más estricto la personalidad significa el resultado de la evolución ontogénica por la integración estructural de las facultades y tendencias que existen en el hombre concreto” (p.12).

Esta integración, propone, “se realiza sobre todo mediante la actuación psicológica”, en la que da un papel fundamental a la afectividad, entendida como: “la respuesta cordial, personal, cálida y de adhesión que brota del centro de la persona hacia la realidad de orden objetivo” (p.14).

Mediante la respuesta afectiva y “profunda del corazón hacia los valores que el hombre entiende y aprehende” (p.14), se produce la integración.

Pero no solo reconoce la importancia en la integración del elemento afectivo, sino también del volitivo: “Todo hombre es responsable de su propia personalidad. En la labor de formación el hombre debe integrar el influjo que tiene cada elemento en el otro y estos otros en los precedentes; esto es, cada estrato íntegro debe fundamentarse en el precedente y como ser visto desde el precedente, y de este modo se constituye una unidad: ésta es la integridad” (p.13).

El efecto de esta integración se hace evidente: “cuando el juicio intelectivo corresponde al valor de la realidad; cuando la respuesta afectiva es proporcionada a aquel valor; cuando el comportamiento de la voluntad es proporcionado tanto al juicio intelectivo como a la respuesta afectiva expuestas” (p.15).

Reconoce un nuevo “estado psicológico” en el cristiano, en el que las virtudes no son como “vestidura sobrenatural”, sino que al integrarse junto con la gracia con los elementos de orden humano dan lugar al hombre maduro. Esta integración la comprender como que “los elementos naturales y sobrenaturales deben compenetrarse mutuamente para hacerse una realidad, una personalidad” (p.16).

Sigue dando una importancia central a la actuación psicológico y habla de una nueva afectividad que aparece en el hombre con el bautismo y que le permite "amar a Dios como Padre".

Conducir el germen de esta afectividad hacia su madurez es el trabajo del acompañamiento, que no debe contar solo con la voluntad, sino que reconoce que es imprescindible el papel de la gracia que "trabaja hacia la integración de la persona, para que el hombre madure, se perfeccione" (p.17).

5. CONCLUSIONES: EL ACOMPAÑAMIENTO PSICOLÓGICO

La diferencia entre interpretar la madurez como la adquisición de determinadas cualidades, características o competencias, o identificarla como una virtud conlleva unas consecuencias fundamentales a la hora de plantear el acompañamiento.

El desarrollo de la virtud implica una centralidad del Bien como fin de las acciones, es la identificación del Bien y su elección intencional la que activa el dinamismo virtuoso. El gozo que acompaña la acción virtuosa asienta la disposición. La madurez es una consecuencia de la propia virtud que ilumina la inteligencia y fortalece la voluntad, integrando, además, la estructura afectiva de la persona.

Cuando la madurez es entendida como un conjunto de rasgos, actitudes, o competencias, fácilmente tendemos a poner estas consecuencias como objetivos de la acción, o la propia madurez como un bien propio, alejándonos así de la elección del Bien por sí mismo y dirigiendo a la persona hacia sí misma.

¿Cuál es el camino para la integración que produce la madurez? Lo primero que tenemos que distinguir es entre el concepto de integración como la suma de partes y el concepto de integración como excelencia de la acción.

La integración afectiva implica una creciente superación de la fragmentación interior producida por el pecado. Esta integración se realiza mediante la experiencia consciente del bien, especialmente cuando es un bien intencionalmente buscado por la persona a través de sus propias acciones en la construcción de un determinado ideal de vida buena. Es afectiva porque no solo se comprende, sino que además se experimenta, plasmando de esa manera el radar afectivo de la persona hasta producir una respuesta proporcionada a la verdad del bien que se le manifiesta a la persona. Esta integración se va extendiendo progresivamente a medida que la persona va usando la experiencia del bien para ir gestionando los diferentes ámbitos de su vida, tanto internos como externos. Dicha progresión no es homogénea puesto que no existe esa homogeneidad en el desarrollo de la persona en sus distintas dimensiones. La existencia de heridas y carencias afectivas hacen que sea difícil que se produzca una integración armónica y equilibrada.

En la medida que la persona alcanza un cierto grado de madurez, disposición estable al acto, se puede producir una mejor integración de los diversos principios

operativos a la hora de construir las acciones, permitiendo la creación de acciones cada vez más excelentes. En esto consiste la integración como excelencia de la acción.

En el proceso de integración es fundamental la identificación del verdadero ideal de vida buena, que no es otro que el amor. El orden del amor es el que permite, con su propia virtud interior, producir la creciente integración dentro de la persona. Este es el papel central del acompañamiento, la educación del corazón.

BIBLIOGRAFÍA

Allport G. W. (1961). *La personalidad: su configuración y desarrollo.* Herder.

Carter, J. D. (1974). Maturity: Psychological and Biblical. *Journal of Psychology and Theology*, *2(2),* 89-96.

Foley, J. M. (1990). *Traditional Oral Epic.* University of California Press.

Griffin, S. E. (1976). Psychological maturity in adults: A factorial analysis and a theoretical model. Disertación Doctoral inédita. The Pennsylvania State University. ProQuest Dissertations Publishing. 7626840.

Heath, D.H. (1977). *Maturity and Competence: A Transcultural View.* Gardner Press.

Heath, D.H. (1980). Wanted: A Comprehensive Model of Healthy Development. *Personnel and Guidance Journal, 58*, 391-399.

Heath, D. H. (1991). *Fulfilling lives: paths to maturity and success.* Jossey-Bass.

Kieffer, C. W. (1988). *The Mantle of Maturity: A History of Ideas About Character Development.* State of New York Press.

Jersild, A. T. (1963). *The psychology of adolescence*. Collier-MacMillan.

Mendizábal, L. M. (1965). *Apuntes de Teología Espiritual*. Pontificia Università Gregoriana.

Serra, E. & Zacarés, J. J. (1991). A qué llamamos madurez. *Revista de Psicología de la Educación*, *3(8),* 1-18.

Trigo, T. (2013). *Naturaleza de la virtud y organismo de las virtudes* (XII-XVIII). En A. Sarmiento, E. Molina y T. Trigo (Eds), Teología Moral Fundamental. EUNSA.

Wijngaarden, H. R. (1968). What Is Psychological Maturity? *Proceedings of the Christian Association for Psychological Studies.* April, 45-50.

PARTE III.
APORTES TEÓRICOS DESDE LAS DISTINTAS VIRTUDES

CAPÍTULO 9
LA HUMILDAD, VIRTUD NECESARIA PARA LA PERFECCIÓN PERSONAL: CONVERGENCIAS ENTRE LA PSICOLOGÍA METAFÍSICA Y LA EMPÍRICA

Joaquín García-Alandete[1]
joaquin.garcia-alandete@uv.es
[1] *Universitat de València, Facultad de Psicología y Logopedia, Dpto. de Personalidad, Evaluación y Tratamientos Psicológicos, Valencia, España*

1. UN ASUNTO PERENNE

La cuestión acerca de la perfección personal ha sido abordada desde antiguo. Encontramos ejemplos en la ética aristotélica y estoica, en la antropología teológica de San Agustín y de Santo Tomás de Aquino, en la doctrina cartesiana sobre las pasiones y en la ética espinoziana, entre otros. Se ha entendido clásicamente ligada a la práctica de las virtudes, esto es, relativa al plano moral. Desde el plano religioso puede entenderse la perfección como la plenitud de la naturaleza humana -*Gratia perfecit naturam*-. Desde ambos planos, ético y religioso, distintos pero sustancialmente unidos, se puede asumir -sobre todo, desde un punto de vista cristiano- que el mayor impedimento para la perfección personal es la soberbia, el afecto desordenado a sí mismo, la filautía neurótica. Es interesante acudir a la doctrina de los Padres del Desierto y de la Iglesia sobre la soberbia y la humildad (Cfr. Dunnington, 2019; Larchet, 2009, 2014), así como a los escritos de Aristóteles (2009), Tomás de Aquino (2019), Kant (2006), Niet-

zsche (2019) -por supuesto, negativamente-, Pieper (2017), Hildebrand (1997) y MacIntyre (1987), entre otros. Naturalmente, no debe confundirse la humildad auténtica con baja autoestima, autodesprecio, apatía o indiferencia, resignación fatalista, falta de motivación para vivir intensamente o falta de altura moral para tomar decisiones -es lo que algunos autores denominan el «lado oscuro de la humildad» (Cfr. Weidman et al., 2016)-, algo que ya afirmaban los autores clásicos y comparten los actuales (Cfr. Emmons, 2003; Exline y Geyer, 2004; Hill y Laney, 2016; Tangney, 2000).

En el ámbito de la psicología, la cuestión sobre la perfección personal -entendida en sentido amplio, como máxima realización de las aspiraciones o potencialidades, o como plenitud personal- ha sido tratada desde diversas teorías psicológicas: la logoterapia (Frankl, 1994), la psicología humanista (Maslow, 1973), la Psicología Positiva (PsPs) (Seligman, 1998, 2002), entre otras. No obstante, si ahondamos en sus fundamentos metafísicos, ninguna de ellas da rigurosa razón de la validez de su propuesta, ni, menos todavía, se ajusta a la antropología católica. Una nota común, por ejemplo, es el subjetivismo axiológico y la ausencia de un fundamento antropológico robusto -p.ej., que dé razón de la experiencia de desear el bien pero obrar el mal, del sentido último de la existencia humana, de una orientación axiológica objetivista o de la formación del carácter mediante la práctica de las virtudes-. No es posible, en el presente trabajo, abordar críticamente las aporías de diferentes teorías psicológicas (Cfr. Arnold y Gasson, 1954; Echavarría, 2005). Encontramos, sin embargo, excepciones en las doctrinas de algunos autores, de orientación católica, como el psiquiatra, neurólogo y filósofo vienés Rudolf Allers (1883-1963)[1] y la psicóloga de origen austrohúngaro Magda B. Arnold (1903-2002) (p.ej., Arnold, 1959; Arnold y Gasson, 1954).

Por otra parte, a lo largo de las últimas dos décadas, la investigación psicológica sobre la humildad ha experimentado un notable incremento -sobre todo desde el surgimiento y creciente influencia de la PsPs y, más específicamente, de su modelo de fortalezas y virtudes (Exline y Geyer, 2004; Peterson y Seligman, 2004)-, atendiendo a una amplia variedad temática: conceptualización y medida (Chiu, 2019; Davis et al., 2007, 2011; Niemiec, 2013), distinción entre humildad intelectual/cultural (Leary, 2018; Meagher et al., 2020; Tervalon y Murray-Garcia, 1998), naturaleza, estructura y dimensiones (Leary et al., 2017; Zmigrod et al., 2019), relación con la personalidad (Ashton y Lee, 2005; Macdonald et al., 2008), la salud mental y el bienestar (Krause et al., 2016; Zawadzka y Zalewska, 2013), entre otras. Los estudios empíricos ofrecen evidencias interesantes que están en línea, con los debidos matices, con la ética eudaimónica y la doctrina católica[2] -también de otras

[1] No es posible exponer datos biográficos de Allers, dada la limitación de espacio. Remitimos, entre otros, a Jugnet (1952), Echavarría (2013), Olaechea (2013) y García-Alandete (2020).

[2] Por ejemplo, Leary define la humildad intelectual como “as recognizing that a particular personal belief may be fallible, accompanied by an appropriate attentiveness to limitations

tradiciones religiosas e, incluso, del ateísmo (Bollinger y Hill, 2012; Davis et al., 2016; Hill, 2019; Porter et al., 2016)-.

En este trabajo exponemos la doctrina, acorde con la doctrina católica sobre la naturaleza humana, de Allers sobre la soberbia como obstáculo para la perfección personal y sus orientaciones para su superación, así como los resultados de algunos estudios empíricos sobre la humildad en el campo de la psicología -una revisión sistemática de esta literatura exigiría un planteamiento, una metodología y un desarrollo distintos a los de este trabajo-.

2. EL PROBLEMA, EL PECADO ORIGINAL. LA SOLUCIÓN, UNA VIDA SANTA

Nuestros primeros padres cometieron el peor de los pecados: desconfiar de Dios y pretender ser como Él -*eritis sicut dii*- (Gen 3,5). Es el pecado de soberbia, que supuso traicionar la confianza y la voluntad del Padre y que la existencia perdiera su carácter paradisíaco, edénico (Gen 3,22-23). El pecado original es querer ser como Dios -más todavía, ocupar su lugar, expulsarle de la realidad-, que es lo mismo que no asumir la naturaleza meramente creatural, esto es, no aceptar la realidad -aceptación que sólo es posible desde la humildad-. A la soberbia acompañan, además de otros efectos, la ingratitud por el don de la existencia y la ruptura de la justa relación con Dios y, con ello, con uno mismo -la imagen de sí y la propia existencia devienen inauténticas, desfiguradas-, con los demás -es imposible relacionarse auténtica, empática, caritativamente sin la humildad que permite ponerse en el lugar del otro, abandonar el propio punto de vista, la referencia egocéntrica- y con el mundo -cuya vivencia es deformada, distorsionada, retorcida-. El soberbio es ególatra, narcisista, subjetivista, desconfiado, desapegado, incapaz de amar salvo a sí mismo desordenadamente. Desde un punto de vista psicopatológico, mostraría síntomas compatibles con los de ciertos trastornos de la personalidad -narcisista, paranoide, antisocial o histriónico- e incluso con algunas formas de psicosis (American Psychiatric Association, 2014; Larchet, 2009).

Frente al pecado de soberbia, la virtud de la humildad. Si, desde un punto de vista cristiano, alguna virtud puede destacar sobre todas las demás, es ésta, a la que podríamos denominar «madre de todas las virtudes» y de la cual podemos encontrar múltiples ejemplos en las Sagradas Escrituras y que está encarnada, de manera soberanamente ejemplar, en Cristo y la Virgen María: «la humildad excluye a Satanás y conserva en nosotros las gracias y los dones del Espíritu Santo; por esta razón, todos los santos, y particularmente el Rey de los santos y su Madre, han

in the evidentiary basis of that belief and to one's own limitations in obtaining and evaluating relevant information" (Leary, 2018, p. 2). A nuestro juicio, tal concepción de la humildad es puramente cognitivista.

honrado y preferido siempre esta preciosa virtud sobre todas las morales» (Francisco de Sales, 2013, p. 111).

También nosotros estamos llamados a ser perfectos (Mt 5,48), lo cual sólo es posible si asumimos humildemente tal vocación, es decir, si somos capaces de trascender nuestra ancestral tendencia a satisfacer nuestro ego, satisfacción que creeríamos plena si ocupáramos el lugar que a Dios y sólo a Él corresponde. La serpiente seduce perversamente con el engaño, envenena el corazón, arrastra a las profundidades del delirio, el odio y el resentimiento. Dios ilumina y alegra el corazón, lo alimenta con Su Gracia y facilita vivir santamente. La santidad implica humildad para dejarse esculpir por Dios. El santo es humilde, y sólo alguien que sea auténticamente humilde puede aspirar a, y vivir efectivamente, una vida santa -sana en plenitud de la condición creatural-. La docilidad del humilde no es insana obediencia a un mandato irracional, contrario al bien, sino confianza, inocencia espiritual, santo abandono en la Providencia. Podemos no atender a la llamada, pero ello no significa que no exista. Auxiliados por la Gracia podemos practicar la virtud de la humildad, poniendo de nuestra parte todo lo que de sí da nuestra creatural naturaleza.

Allers ve en la soberbia, el orgullo y el afecto desordenado a sí mismo -el pecado original-, la causa de la infelicidad y de la imperfección en las personas. Y en la santidad ve la felicidad plena y la perfección personal, una vida en la que no cabe la neurosis (Allers, 1943), por más que el santo pueda experimentar pasiones -como la tristeza, pues no deja de ser criatura-, si bien no adquieren un estatus psicopatológico. Para ser santo es necesario practicar la virtud de la humildad, que no será otra cosa que aceptar la realidad (Allers, 1939, 1943, 1961).

3. LA PERFECCIÓN PERSONAL, ESENCIA DE LA EXISTENCIA HUMANA

La esencia de la existencia humana es la perfección personal, que implica la lucha por el bien (Allers, 1939). Como fin, la mejora-de-sí-mismo podría equivaler a la perfección personal; como proceso, consistiría en la actualización gradual de las potencialidades personales, lo cual exige tener un propósito que orienta en un sentido correcto. Por tanto, la dimensión moral cobra una relevancia sustancial. Como ser racional, libre y responsable, la persona puede elegir, decidir, consentir y obrar de acuerdo con su mejor interés, el cual no tiene por qué coincidir -y normalmente no coincide- con el placer, la utilidad o el beneficio, que no son otra cosa que metas egocéntricas, en tanto en cuanto se las persigue como metas y no, meramente, se las acepta y goza como consecuencias del decidir y el obrar buenos.

Si la persona tiene en la mejora de sí misma su perfección, y ésta sólo se logra éticamente, la formación del carácter adquiere necesariamente un papel central. La maleabilidad, la posibilidad de cambio del carácter, parece, pues, una condición

necesaria para la mejora-de-sí-mismo. A su vez, para modificar el carácter es necesario el conocimiento de sí, la libertad de decidir y obrar, así como la voluntad de cambio, asumiendo que se trata de una tarea que exige gran esfuerzo. Además, puesto que cada persona es diferente de las demás, la formación del carácter -la mejora-de-sí-mismo en orden a la perfección- es una tarea estrictamente personal. No existe fórmula universal (Allers, 1939).

4. EL AFECTO DESORDENADO A SÍ MISMO, PRINCIPAL DIFICULTAD PARA LA PERFECCIÓN PERSONAL

La naturaleza de la neurosis es metafísica; está relacionada con la conciencia de la propia finitud y la falta de voluntad para aceptar la condición creatural, dando lugar al orgullo y al amor desordenado hacia sí mismo, y resolviéndose en una rebelión frente a la realidad personal: somos mortales y falibles, y ello conlleva una existencia angustiada, infeliz e inauténtica (Allers, 1939, 1943, 1961, 2008). El neurótico trata de huir de una realidad que le resulta insoportable, pero de la que, en realidad, no puede zafarse. Su lucha es inútil, vana. El afecto desordenado a sí mismo es, pues, el principal obstáculo para la mejora-de-sí-mismo y, por tanto, para la perfección personal (Allers, 1939). El neurótico cree que su perfección consistiría en trascender la realidad, cuando, en realidad, consiste en aceptarla y trascenderse a sí mismo; cree que siendo *sicut Deus* alcanzará poder absoluto y existencia inagotable, cuando lo que debe hacer es aceptar su criaturalidad (Allers, 1939).

Todas las personas, neuróticas o no, experimentamos un conflicto metafísico, si bien en las primeras adquiere un carácter dramático (Allers, 2009), caracterizándose por el disgusto, la ignorancia y el error, los cuales son vicios, hábitos indeseables en la valoración y vivencia de la realidad (Larchet, 2014; Tomás de Aquino, 2011), por lo que tendrán que configurar su carácter de manera que resuelva sus tendencias egoístas. Por el contrario, una persona con un carácter no neuróticamente egoísta trata de conocer de forma racional y aceptar la realidad, al menos dentro de ciertos límites.

Los valores, como realidades objetivas, por un lado, se pueden conocer; por otro, su conocimiento exige un esfuerzo personal. La mejora-de-sí-mismo implica el conocimiento de los valores y el esfuerzo por realizarlos, para distinguir su relevancia relativa cuando dos o más de ellos entran en conflicto, porque existe un orden jerárquico de valores que es objetivo y no meramente subjetivo. Los valores no sólo tienen que ser conocidos, deben ser realizados y, en este sentido, la mejora-de-sí-mismo implica una forma concreta de obrar (Allers, 1939). El neurótico se considera incapaz de realizar valores -lo cual implica autotrascendencia-, por lo que trata de escapar de tal responsabilidad. Debido a su egocentrismo, tiene una grave deficiencia para amar, siendo exigente y manipulador con los demás y condescendiente consigo mismo (Allers, 1961).

5. TRASCENDER EL EGOCENTRISMO

5.1. Conocimiento de sí mismo

El neurótico debe reconocer su egoísmo esencial como primer paso para el cambio hacia su perfección, para lo que es necesario que tome conciencia de las excusas -p.ej., herencia genética- que utiliza para evitar su responsabilidad y de sus defectos (Allers, 1939). Ello supone un gran esfuerzo, pues implica dejar a un lado los propios intereses y gratificaciones y, en realidad, todo un "estilo de vida", y forjar un nuevo carácter. Además, puesto que las propias actitudes, convicciones y vicios suelen estar muy arraigadas, con o sin conocimiento pleno de ello, son de difícil erradicación -arrancarlas de raíz-. El tráfago de la vida cotidiana, la inmersión en múltiples quehaceres, tampoco facilitan el autoconocimiento, puesto que éste exige parar y escudriñar la interioridad personal, sin autoindulgencia ni autoengaño -esta necesidad de interiorización o escrutinio personal auténtico la toma Allers de los Padres de la Iglesia-. La actitud habría de ser semejante a la de un científico, tratando de ser objetivo con uno mismo, por lo que parece adecuado analizar la conducta, que es objetiva y materialización del interior personal: qué, cómo y por qué se obra de cierta manera, especialmente cuando es expresión de un hábito. La motivación es, para Allers (1939), de particular importancia, ya que el propósito -valorado por la persona como mejor que otro y, por tanto, preferible- determina cualitativamente la acción. La acción, sobre todo habitual, por tanto, expresa los valores personales.

5.2. Voluntad de cambio

Podemos entender la voluntad como capacidad de autodeterminación. Y la voluntad de cambio como la autodeterminación en orden a cambiarse a sí mismo. Esto implica la convicción de que se puede cambiar, operándose tal cambio en el carácter (Allers, 1939, 1943) y necesitándose propósitos personalmente significativos sin los cuales no es posible dinamizar la voluntad de cambio. Por lo tanto, junto a las condiciones consideradas hasta ahora, hay que sumar que deben tenerse razones para el cambio, las cuales deben ser descubiertas personalmente. El conocimiento de sí mismo y el conocimiento de los valores objetivos no es suficiente: es necesario tener razones significativas para que se traduzcan en un cambio personal. Lo que ilumina, estimula y orienta a la voluntad son tales razones, que no son otra cosa que valores, aquello que es reconocido y valorado como valioso -porque lo es objetivamente, es decir, porque vale incondicionadamente-. Voluntad, acción y valores, por tanto, están esencialmente ligados (Allers, 1939).

En relación con la mejora-de-sí-mismo, el valor será alcanzar la mejor versión posible de uno mismo (Allers, 1943), y ésta consiste en vivir virtuosamente.

Para ello es necesario ser honesto consigo mismo y reconocer la necesidad y posibilidad del cambio, sin dar concesiones a las excusas y dificultades. Como se ha señalado, todo ello implica un esfuerzo moral que, por su misma naturaleza, exige la práctica de las virtudes, eminentemente la humildad. En última instancia, conocerse críticamente, valorarse adecuadamente, reconocer valores objetivos y estar decidido a cambiarse por una versión mejor que la actual no es otra cosa que autotrascendencia.

5.3. Valores objetivos

Toda acción consciente responde a una intención personal y conduce a alcanzar propósitos; es materialización de valores, es decir, de la creencia personal de que un estado de cosas es preferible a otro (Allers, 1939). Como se señaló, para Allers existe una relación esencial entre valores y propósitos, lo cual indica que la acción es naturalmente moral, en un sentido objetivo -no subjetivo- y esencial -no circunstancial-. Por su parte, los valores están sustancialmente relacionados con las leyes que rigen la realidad -que son las que el neurótico no acepta-. Por lo tanto, el problema espiritual del neurótico es también un problema moral: no acepta un sistema objetivo de valores, que no son meras nociones abstractas ni simples estados subjetivos (Allers, 1939, 1943). En tal estado de cosas, el neurótico no puede avanzar en el proceso de cambio, de mejora-de-sí-mismo y, por ende, de perfección personal. Es necesario, junto al conocimiento de sí mismo, el (re)conocimiento de un orden objetivo de valores. No obstante, frente al mero socratismo ético, Allers considera que es necesaria una determinada actitud, disposición o voluntad de obrar como la razón moral indica. No es una mera cuestión de conocimiento intelectual, sino de conciencia moral -sindéresis- y de reverencia -conciencia del valor de las cosas y de la dignidad del ser humano- (Allers, 1939).

Realizar valores objetivos implica una tensión entre un «ser» y un «deber-ser» que moldea éticamente el carácter (Allers, 1943). Puesto que la realización de valores está ligada a la práctica de las virtudes, la forja de un carácter sano supone aquélla. Un carácter virtuoso, precisamente por ser tal, es lo que se necesita para ser feliz. Evidentemente, resuena con fuerza en estas ideas la ética aristotélico-tomista. En suma, pues, para la mejora-de-sí-mismo, en orden a la perfección personal, es necesaria la práctica de las virtudes (Allers, 1939). En tal medida, la persona actúa autodeterminativamente, con lo que se configura a sí misma, más allá de cualquier condicionante biopsicosocial.

5.4. Autotrascendencia

Para autotrascender, la persona debe reconocer los límites de su propia naturaleza, esto es, sus imperfecciones, su vulnerabilidad y falibilidad, su finitud y

mortalidad. En resumidas cuentas, ha de reconocer que no es Dios, sino mera criatura (Allers, 1939), y para ello ha de ser humilde. La humildad conecta a la persona con la realidad, con su realidad y, con ello, le hace paradójicamente autotrascendente. La conciencia, reconocimiento y valoración de la propia realidad, humildemente, supone vivir auténticamente, contrariamente a la existencia inauténtica del neurótico. Por tanto, la humildad sana a la persona al hacerle tomar conciencia de la realidad objetiva: entre ambos se produce una relación equilibrada, que no existe en el neurótico, el cual vive enclaustrado en su subjetividad. La mejora-de-sí-mismo implica la aceptación de la realidad y el compromiso con la misma. Cuando ello no se logra, se frustra la vocación a la perfección personal y el sentido, por tanto, de la existencia personal (Allers, 1943).

Puesto que no se debe aspirar a ningún ideal salvo al que mejor se adapte a la propia personalidad y circunstancias naturales, la libre elección y la autonomía no son absolutas, sino que deben someterse a lo mejor. Además, uno no puede considerarse a sí mismo como absoluto o autotélico (Allers, 1943). Paradójicamente, como se indicó, la autoperfección se alcanza cuando no se la pretende directamente, sino a través de la realización de los valores, de la perfección última (Allers, 1943). En este sentido, el papel de la educación en el proceso de superación es insustituible, fomentando el desarrollo de la persona a través de la realización de aquellos valores más acordes con su naturaleza (Allers, 1943).

En última instancia, el modo de vida católico, por así decirlo, representa perfectamente el ideal al que debe aspirar la persona (Allers, 1943). En consecuencia, la educación -formación del carácter- que en mayor medida promueve la perfección personal es la que descansa en la doctrina católica. La antropología y la caracteriología adecuadas en las que debería basarse esa acción educativa tendrían que ser teológicas (Allers, 1943). En última instancia y en esa línea, la santidad es el grado más avanzado de perfección personal que uno puede alcanzar, la mejor versión de sí mismo (Allers, 1999a, 1999b, 1943). Como se señaló, para Allers, el santo vive auténticamente, reconociendo el orden objetivo de la realidad y su lugar en la realidad como criatura limitada, falible, vulnerable y mortal. La santidad está, por tanto, más allá de la neurosis, porque el santo reconoce que no es Dios, sino mera criatura. Por lo tanto, la superación personal implica la humildad como virtud opuesta al orgullo.

6. QUÉ DICE LA PSICOLOGÍA ACTUAL SOBRE LA HUMILDAD

En las últimas décadas, la psicología ha mostrado un interés creciente en investigar la humildad: conceptualización y dimensionalidad, relaciones con la salud mental, el bienestar y las relaciones interpersonales, con los valores y otras virtudes, etc. En líneas generales y con las debidas consideraciones y matices -que exigen un trabajo específico-, los hallazgos de la investigación psicológica empírica confluyen con la doctrina metafísica de Allers sobre la perfección personal.

6.1. Concepto de humildad

En cuanto a su concepción, si bien desde un punto estrictamente psicosocial y no metafísico, es definida de modos distintos pero convergentes en ciertos aspectos (Wright et al., 2017). En general, se entiende la humildad como una virtud que formaría parte de lo que la psicología contemporánea denomina personalidad -si bien sería más adecuado entenderla en clave caracteriológica-.

Desde la PsPs, Emmons (1999) entendía la humildad como una virtud compuesta por precisión o exactitud en la autopercepción y autovaloración, autoaceptación, comprensión de las imperfecciones personales, mantenimiento en perspectiva de los propios talentos y logros, no ser arrogante y no tener baja autoestima. Desde su modelo de fortalezas y virtudes, Peterson y Seligman (2004) conciben la humildad como una fortaleza del carácter en unidad con la modestia -junto con la clemencia, la prudencia y la autorregulación- y relativa a la templanza -las otras son sabiduría y conocimiento, coraje, humanidad, justicia y trascendencia-. Las personas humildes "piensan bien de sí mismas y tienen un buen sentido de quiénes son, pero también son conscientes de sus errores, lagunas en sus conocimientos e imperfecciones" (VIA Institute on Character, s.p.)

Desde el modelo HEXACO (Ashton et al., 2004), se entiende la humildad -en unidad con la honestidad, factor H-, como una dimensión de la personalidad, con la emocionalidad, la extraversión, la agradabilidad, la consciencia y la apertura a la experiencia; los rasgos de la humildad serían confiabilidad, modestia, falta de codicia y de astucia, y puede interpretarse como honestidad, moralidad, sinceridad o integridad. Las puntuaciones bajas en el factor H se han asociado a conducta antisocial y criminalidad (Ashton y Lee, 2008).

Para Hill y Laney (2016), sería un fenómeno hipo-egoico que implicaría una voluntad no defensiva para reconocer las propias limitaciones, junto con la apreciación de las fortalezas y contribuciones de otras personas de las que se puede aprender; definen a la persona humilde como aquella que tiene un «ego tranquilo» (*quieted self*).

Según Wright et al. (2017), es un posicionamiento psicológico particular consigo mismo, tanto desde un punto de vista epistemológico como ético, según el cual uno se ve a sí mismo como es: un ser finito y falible, una insignificancia en un vasto universo, una infinitesimal porción de un todo mucho más grande.

Van Tongeren et al. (2019) la conciben como la habilidad para reconocer con precisión las propias limitaciones y capacidades, y como un enfoque orientado a los demás, en lugar de centrado en uno mismo; la humildad desempeñaría un importante papel en la formación, mantenimiento, fortalecimiento y reparación de las relaciones interpersonales, incrementando la satisfacción social.

Según Kesebir (2019), la humildad consiste en la capacidad para verse a sí mismo con verdadera perspectiva con un sentimiento de paz, y como un enfoque de

uno mismo, de los demás y de la vida en general propicio para la felicidad duradera.

6.2. Dimensiones de la humildad

La humildad incluiría distintas dimensiones, contrarias a diferentes aspectos apuntados por Allers como característicos del carácter neurótico.

Tangney (2000, 2009) distingue seis dimensiones intrapersonales de la humildad: (1) voluntad de percibirse con sinceridad, (2) percepción precisa del lugar que se ocupa en el mundo, (3) capacidad de reconocer los propios errores y limitaciones, (4) apertura a los demás, (5) baja atención a sí mismo y (6) apreciación del valor de todas las cosas.

Siguiendo a otros, Argandoña (2014) distingue entre una dimensión intrapersonal -visión que se tiene de uno mismo- y otra interpersonal -reacción personal ante el modo en que los demás perciben a uno y cómo uno perciben a los demás-.

Worthington et al. (2017) distinguen tres dimensiones de la humildad: (1) percepción precisa de sí mismo, (2) imagen modesta de sí mismo y (3) orientación hacia a los demás.

Wright et al. (2017) distinguen dos grandes dimensiones: (1) baja autofocalización -baja autopriorización y apego al propio yo, relativización del propio punto de vista- y (2) alta focalización en los demás. La primera se caracteriza, entre otras cosas, por falta de deseo de autoengrandecimiento o autopromoción y apertura a información nueva y desafiante, simplicidad en la presentación de sí mismo y/o en el estilo de vida -modestia, apertura mental, etc.-. La segunda suele manifestarse, entre otras cosas, en una mayor aceptación de las creencias, valores e ideas ajenas -incluso cuando sean diferentes de las propias-, y un mayor deseo de ayuda y servicio a los demás -tolerancia, civismo, etc.-.

6.3. Humildad y bienestar, felicidad y relaciones interpersonales

La evidencia empírica parece apuntar en la dirección de las ideas de Allers sobre las relaciones entre perfección personal y humildad. Por ejemplo, Exline y Geyer (2004) encontraron en un estudio con 127 jóvenes que, lejos de relacionarse la humildad con un rebajamiento negativo de sí mismo, se asociaba claramente con buen ajuste psicológico y actitud de búsqueda religiosa; además, las opiniones positivas sobre la humildad se asociaron con alta autoestima y religiosidad, mientras que las menos favorables se asociaron con narcisismo, particularmente con la dimensión de explotación y de derecho. Con todo, los participantes no tenían claro si ser humilde podía ser una ventaja para el liderazgo.

Otros trabajos han encontrado que la humildad se asocia a un mayor compromiso personal en actividades de ayuda a otros, como voluntariado (LaBouff et al., 2012); es una variable predictora, consistente y robustamente, de la generosidad y la amabilidad con benefactores, conocidos, extraños e incluso enemigos (Exline y Hill, 2012); amortigua los efectos de los acontecimientos vitales estresantes en felicidad, satisfacción vital, afecto deprimido y trastorno de ansiedad generalizada -medidas de bienestar- (Krause et al., 2016); junto con la gratitud y el perdón, predice significativamente el bienestar subjetivo (Sapmaz et al., 2016); el «hipoegoísmo» (*hypo-egoicism*) contribuye al bienestar personal (Leary, 2017); permite relacionarse saludablemente con uno mismo, la realidad y los demás de forma óptima, facilitando una felicidad perdurable -en un círculo virtuoso-, además de relacionarse con un «ego seguro», no frágil, capaz de descubrir lo que tiene en común con otros, que practica la gratitud y es capaz de asombrarse (Kesebir, 2019); la humildad intelectual -reconocimiento de los propios límites cognitivos, postura no defensiva hacia las propias creencias, respeto hacia el punto de vista ajeno- se asocia con mayores niveles de empatía, gratitud, altruismo, benevolencia y universalismo, y niveles más bajos de búsqueda de poder, promoviendo la prosocialidad (Krumrei-Mancuso, 2017); se relaciona con la capacidad de autoperdonarse tras una agresión, facilitando -al amortiguar el papel de la autocondena- el sentido de responsabilidad y la reconciliación con la víctima (Onody et al., 2020).

La humildad también tiene efectos positivos en el ámbito de las relaciones laborales que exigen un espíritu colaborativo a fin de optimizar resultados. Por ejemplo, Lehmann et al. (2021) hallaron que los líderes humildes tienen subordinados con mejores resultados organizativos, como la satisfacción laboral, la creatividad y el rendimiento. También Argandoña (2014) señala que la humildad no es un simple *desideratum*, sino una cualidad fundamental que ha de caracterizar al buen *manager* y el buen *management*.

6.4. Relaciones entre la humildad y otras virtudes

La tradición moral aristotélico-tomista, a la que adhiere Allers, afirma que las virtudes están relacionadas entre sí, lo cual es confirmado empíricamente. En el caso de la humildad se han hallado relaciones con otras virtudes que implican autotrascendencia y tienen un evidente sentido moral y espiritual -gratitud, perdón y compasión, entre otras-.

Por ejemplo, en cuanto a las relaciones con la gratitud[3], Kruse et al. (2014) encontraron que la humildad -bajo enfoque en uno mismo, sentido seguro de sí mismo y mayor valoración de los demás- y la gratitud -experiencia de ser beneficiario de las acciones de otro- estaban interrelacionadas, influyéndose mutuamente en una relación de «espiral ascendente»; hallaron que (1) los participantes que

3 No siempre se han entendido en clave positiva; Cfr. Roberts (2016).

escribieron una carta de gratitud mostraron una mayor humildad que los que realizaron una actividad neutral; (2) la humildad predijo la gratitud tras redactar una carta de gratitud en comparación con una actividad neutral; y (3) tras redactar un diario de gratitud durante 14 días, gratitud y humildad se predijeron mutuamente, incluso después de controlar el nivel previo de la otra. Esta relación en espiral se ha encontrado en otros trabajos, como el de Hanna (s.f.) sobre el papel de ambas virtudes en el proceso de tratamiento del alcoholismo.

En cuanto a las relaciones con el perdón[4], por ejemplo, Powers et al. (2007) hallaron correlaciones positivas moderadas entre la humildad, el perdón y la trascendencia espiritual; las medidas de autoinforme de humildad correlacionaron altamente con la tendencia autoinformada a perdonar y la humildad implícita correlacionó más fuertemente con las actitudes hacia el perdón. Estas relaciones entre humildad y perdón se mantuvieron controlando el efecto de la trascendencia espiritual. Hallaron también interacción entre la humildad y trascendencia espiritual en la probabilidad autodeclarada de perdonar: los participantes con combinación de alta humildad y alta trascendencia espiritual eran más propensos a perdonar. También Çardak (2013) encontró que cuatro dimensiones de la humildad -apertura, olvido de sí mismo, autoevaluación modesta y enfoque en los demás- predecían el perdón.

Estos y otros muchos efectos y relaciones de la humildad serían indicadores de aspectos positivos de las personas que, si bien *per se* no son la perfección personal, podrían considerarse evidencias de que las personas pueden cultivar un carácter virtuoso que les conduzca a la mejor versión posible de sí mismas.

7. CONCLUSIONES

La perfección personal, entendida como la mejor versión posible de uno mismo, es la aspiración fundamental de todo ser humano. Supone transformar activamente las potencialidades en actos en términos del mayor bien posible, exigiendo la forja de un carácter virtuoso y, en última instancia, la santidad como vida auténtica opuesta a la neurótica. Todo ello implica la práctica de la virtud de la humildad.

En la obra de Allers encontramos una antropología adecuada, en línea con la doctrina católica y expresada con un lenguaje ajustado a nuestro tiempo, que nos permite entender por qué el ser humano aspira a lo mejor de sí mismo, toda vez que, por su naturaleza creatural, encuentra dificultades relacionadas con ésta -enraizadas todas ellas, fundamentalmente, en la soberbia-, para alcanzar tal objetivo. Si la soberbia envenena nuestra aspiración a la perfección personal, la humildad es su antídoto. En última instancia, la persona santa es la expresión de la perso-

[4] Cfr. Sandage y Watson (2001) para una contextualización cultural de la humildad y el perdón.

na sana, aquella que, sin dejar de ser criatura, asume una actitud humilde ante la (su) realidad objetiva -particularmente, los valores- y la (su) existencia, logrando la mejor versión de sí misma.

Por su parte, la psicología contemporánea corrobora empíricamente la importancia de la humildad para una vida positiva, tanto intra como interpersonalmente, su naturaleza virtuosa, su importante lugar en la configuración de la personalidad y sus relaciones con los valores y con otras virtudes.

Para una comprensión adecuada y global de la aspiración a la perfección personal y sus concreciones psicosociales, son necesarias tanto la fundamentación metafísica como la investigación empírica: la primera aporta la comprensión esencial de la naturaleza humana; la segunda, las evidencias obtenidas mediante el uso del método científico. No se trata de ámbitos en conflicto y mutuamente excluyentes, sino igualmente necesarios y complementarios, necesariamente convergentes cuando son adecuados, para un conocimiento cabal del fenómeno humano.

REFERENCIAS

Allers, R. (1939). *Self Improvement*. Benzinger Brothers.

Allers, R. (1943). *The Psychology of Character*. Sheed & Ward.

Allers, R. (1961). *Existentialism and Psychiatry*. Charles C. Thomas.

Allers, R. (1999a). El amor y el instinto, estudio psicológico. En I. Anderegenn y Z. Seligmann (Eds.), *La Psicología ante la Gracia* (pp. 303-339). Educa.

Allers, R. (1999b). Reflexiones sobre la Patología del Conflicto. En I. Andereggen y Z. Seligmann (Eds.). *La Psicología ante la Gracia* (pp. 291-301). Educa.

Allers, R. (2008). Aridez-síntoma y aridez-etapa. En I. Andereggen, Z. Seligmann, P. Schell, M. Echavarría, M., De Ruschi, M., Palet, Lego P. (Eds.), *El Magisterio de la Iglesia y la práctica psicoterapéutica* (pp. 373-398). https://bit.ly/3ABuUUU

Allers, R. (2009). *Psicologia e Cattolicesimo.* D'Ettoris.

American Psychiatric Association. (2014). *Manual Diagnóstico y Estadístico de los Trastornos Mentales (DSM-5)*. Panamericana.

Argandoña, A. (2014). Humility in Management. *Journal of Bussines Ethics, 132*(1), 63-71. https://doi.org/10.1007/s10551-014-2311-8

Aristóteles. (2009). Ética a Nicómaco. Tecnos.

Arnold, M. B. (1959). Psychology and the Image of Man. *Religious Education, 54*(1), 30-36. https://doi.org/10.1080/0034408590540105

Arnold, M. B., & Gasson, J.A. (1954). *The human person: an approach to an integral theory of personality*. Ronald Press.

Ashton, M. C. & Lee, K. (2005). Honesty-humility, the big five, and the five-factor model. *Journal of Personality, 73*(5), 1321-1353. https://doi.org/10.1111/j.1467-6494.2005.00351.x

Ashton, M. C. & Lee, K. (2008). The HEXACO Model of Personality Structure and the Importance of the H Factor. *Social and Personality Psychology Compass, 2*(5), 1952-1962. https://doi.org/10.1111/j.1751-9004.2008.00134.x

Ashton, M. C., Lee, K., Perugini, M., Szarota, P., de Vries, R. E., Di Blas, L., Boies, K. & De Raad, B. (2004). A Six-Factor Structure of Personality-Descriptive Adjectives: Solutions From Psycholexical Studies in Seven Languages. *Journal of Personality and Social Psychology, 86*(2), 356-366. https://doi.org/10.1037/0022-3514.86.2.356

Bollinger, R. A. & Hill, P. C. (2012). Humility. En G. Thomas (Ed.), *Religion, spirituality, and positive psychology: Understanding the psychological fruits of faith* (pp. 31-47). Praeger.

Çardak, M. (2013). The relationship between forgiveness and humility: A case study for university students. *Educational Research and Reviews, 8*(8), 425-430. https://doi.org/10.5897/ERR2012.1071

Chiu, T. (2019). Development of Humility Scale and the Relationships among Leader Humility, Authority and Personal Background. En Y. L. Xu, M. Ciurea y D. Velev (Eds.), *Proceedings of the 2019 5th International Conference on Education Reform and Modern Management* (pp. 176-180). https://doi.org/10.2991/ermm-19.2019.35

Davis, D. E., Hook, J. N., Worthington Jr., E. L., Van Tongeren, D. R., Gartner, A. L., Jennings, D. J. & Emmons, R. A. (2011). Relational humility: Conceptualizing and measuring humility as a personality judgment. *Journal of Personality Assessment, 93*(3), 225-234. https://doi.org/10.1080/00223891.2011.558871

Davis, D. E., McElroy, S., Choe, E., Westbrook, C. J., DeBlaere, C., Van Tongeren, D. R., Hook, J., Sandage, S. J. & Placeres, V. (2017). Development of the Experiences of Humility Scale. *Journal of Psychology and Theology, 45*(1), 3-16. https://doi.org/10.1177/009164711704500101

Davis, D. E., Rice, K., McElroy, S., DeBlaere, C., Choe, E., Van Tongeren, D. R. & Hook, J. N. (2016). Distinguishing intellectual humility and general humility. *The Journal of Positive Psychology, 11*(3), 215-224. https://doi.org/10.1080/17439760.2015.1048818

Dunnington, K. (2019). *Humility, Pride, and Christian Virtue Theory*. Oxford University Press.

Echavarría, M. F. (2005). *De Aristóteles a Freud. Historia Filosófica de la Psicología*. Documenta.

Echavarría, M. F. (2013). Aportes de Rudolf Allers a la fundamentación antropológica de la psicoterapia. *Espíritu, 62*(146), 419-431.

Emmons, R. A. (2003). *The Psychology of Ultimate Concerns: Motivation and Spirituality in Personality*. Guilford.

Exline, J. J. & Geyer, A. L. (2004). Perceptions of Humility: A Preliminary Study. *Self and Identity, 3*(2), 95-114. https://doi.org/10.1080/13576500342000077

Exline, J. J. & Hill, P. C. (2012). Humility: A consistent and robust predictor of generosity. *Journal of Positive Psychology, 7*(3), 208-218. https://doi.org/10.1080/17439760.2012.671348

Exline, J. J., Campbell, W. K., Baumeister, R. F., Joiner, T. & Krueger, J. (2004). Humility and modesty. En C. Peterson & M. E. P. Seligman (Eds.), *The Values In Action (VIA) classification of strengths* (pp. 461-475). Values in Action Institute.

Francisco de Sales, San. (2013). *Introducción a la vida devota*. BAC.

Frankl, V. E. (1994). *La voluntad de sentido*. Herder.

García-Alandete, J. (2020). Rudolf Allers' conception of neurosis as a metaphysical conflict. *History of Psychiatry, 31*(1), 21-36. https://doi.org/10.1177/0957154X19877295

Grenberg, J. (2005). *Kant and the Ethics of Humility: A Story of Dependence, Corruption and Virtue*. Cambridge University Press.

Hanna, J. (s.f.). *Humility and Gratitude as Foundational Virtues in Twelve Step Recovery*. https://bit.ly/2YLZNsi

Hildebrand, D. (1997). *Humility: Wellspring of Virtue*. Sophia Institute Press.

Hill, P. C. (2019). Perspectives on character formation from three religious worldviews: The case of humility and intellectual humility. *Archive for the Psychology of Religion, 41*(3), 194-203. https://doi.org/10.1177/0084672419895130

Hill, P. C. & Laney, E. K. (2016). Beyond self-interest: Humility and the quieted self. En K. W. Brown & M. R. Leary (Eds.), *The Oxford Handbook of Hypo-egoic Phenomena* (pp. 243-255). Oxford University Press.

Jugnet, L. (1952). *Rudolf Allers o el Anti-Freud*. Plantin.

Kant, I. (2006). *Fundamentación de la metafísica de las costumbres*. Tecnos.

Kesebir, P. (2019). Humility. The Soil in Which Happiness Grows. En J. C. Wright (Ed.), *Humility* (pp. 177-200). Oxford University Press.

Krause, N., Pargament, K. I., Hill, P. C & Ironson, G. (2016). Humility, stressful life events, and psychological well-being: Findings from the landmark spirituality and health survey. *The Journal of Positive Psychology, 11*(5), 499-510. https://doi.org/10.1080/17439760.2015.1127991

Krumrei-Mancuso, E. J. (2017). Intellectual humility and prosocial values: Direct and mediated effects. *Journal of Positive Psychology, 12*(1), 13-28. https://doi.org/10.1080/17439760.2016.1167938

Kruse, E., Chancellor, J., Ruberton, P. M. & Lyubomirsky, S. (2014). An Upward Spiral Between Gratitude and Humility. *Social Psychological and Personality Science, 5*(7), 805-814. https://doi.org/10.1177/1948550614534700

LaBouff, J. P., Rowatt, W. C., Johnson, M. K., Tsang, J. & Willerton, G. M. (2012). Humble persons are more helpful than less humble persons: Evidence from three studies. *Journal of Positive Psychology, 7*(1), 16-29. https://doi.org/10.1080/17439760.2011.626787

Larchet, J. C. (2009). Las enfermedades mentales según los Padres de la Iglesia. *Papers de l'Abat, 8*, 5-16.

Larchet, J. C. (2014). *Terapéutica de las enfermedades mentales*. Sígueme.

Leary, M. R. (2017). Self-awareness, hypo-egoicism, and psychological well-being. En A. W. Kruglanski, J. P. Forgas & J. E. Maddux (Eds.), *Subjective Well-Being and Life Satisfaction* (pp. 392-408). Routledge.

Leary, M. R. (2018). *The Psychology of Intellectual Humility*. https://bit.ly/3aB3RhB

Leary, M. R., Diebels, K. J., Davisson, E. K., Jongman-Sereno, K. P., Isherwood, J. C., Raimi, K. T., Deffler, S. A. & Hoyle, R. H. (2017). Cognitive and Interpersonal Features of Intellectual Humility. *Personality and Social Psychology Bulletin, 43*(6), 793-813. https://doi.org/10.1177/0146167217697695

Lehmann, M., Pery, S., Kluger, A. N. & Hekman, D. R. (2021). You Cause my Humility: The Dyadic Effect of Co-Worker Humility on Performance. *Academy of Management Annual Meeting Proceedings, 1*, 12423. https://doi.org/10.5465/AMBPP.2021.12423

Macdonald, C., Bore, M. & Munro, D. (2008). Values in action scale and the big 5: An empirical indication of structure. *Journal of Research in Personality, 42*(4), 787-799. https://doi.org/10.1016/j.jrp.2007.10.003

MacIntyre, A. (1987). *Tras la virtud*. Crítica.

Maslow, A. H. (1973). *El hombre autorrealizado*. Kairós.

Meagher, B. R., Leman, J., Heidenga, C. A., Ringquist, M. R. & Rowatt, W. (2020). Intellectual humility in conversation: Distinct behavioral indicators of self and peer ratings. *The Journal of Positive Psychology, 16*(3), 417-429. https://doi.org/10.1080/17439760.2020.1738536

Niemiec, R. M. (2013). VIA character strengths: Research and practice (The first 10 years). En H. H. Knoop & A. Delle Fave (Eds.), *Well-being and Cultures: Perspectives on Positive Psychology* (pp. 11-30). Springer.

Nietzsche, F. (2019). *Genealogía de la moral*. Alianza.

Olaechea, J. (2013). *Rudolf Allers, psichiatra dell'umano*. D'Ettoris.

Onody, A. P., Woodyatt, L., Wenzel, M., Cibich, M., Sheldon, A. & Cornish, M. A. (2020). Humility and its Relationship to Self-condemnation, Defensiveness and Self-forgiveness Following Interpersonal Transgressions. *Journal of Psychology and Theology, 48*(2), 118-130. https://doi.org/10.1177/0091647120911111

Peterson, C. & Seligman, M. E. P. (2004). *Character strengths and virtues: A handbook and classification*. American Psychological Association.

Pieper, J. (2017). *Las virtudes fundamentales*. Rialp.

Porter, L., Rambachan, A., Vélez, A., Rabinowitz, D., Pardue, S. & Jackson, S. (2016). *Religious Perspectives on Humility*. Routledge. https://doi.org/10.4324/9781315660462.CH3

Powers, C., Nam, R. K., Rowatt, W. C. & Hill, P. C. (2007). Associations between humility, spiritual transcendence, and forgiveness. *Research in the Social Scientific Study of Religion, 18*, 75-94. https://doi.org/10.1163/ej.9789004158511.i-301.32

Roberts, R. C. (2016). Gratitude and humility. En D. Carr (Ed.), *Perspectives on Gratitud*e (pp. 71-83). Routledge.

Sandage, S. J. & Watson, T. (2001). Contextualizing Models of Humility and Forgiveness: A Reply to Gassin. *Journal of Psychology and Theology, 29*(3), 201-211. https://doi.org/10.1177/009164710102900302

Sapmaz, F., Yıldırım, M., Topçuoğlu, P., Nalbant, D. y Sızır, U. (2016). Gratitude, forgiveness and humility as predictors of subjective well-being among university students. *International Online Journal of Educational Sciences, 8*(1), 38-47. https://doi.org/10.15345/iojes.2016.01.004

Seligman, M. E. P. (1998). The President's address. *American Psychologist, 54*, 559-562.

Seligman, M. E. P. (2002). *Authentic Happiness: Using the New Positive Psychology to Realize Your Potential for Lasting Fulfillment*. Free Press.

Tangney, J. P. (2000). Humility: Theoretical perspectives, empirical findings, and directions for future research. *Journal of Social and Clinical Psychology, 19*(1), 70-82. https://doi.org/10.1521/jscp.2000.19.1.70

Tangney, J. P. (2009). Humility. En S. J. Lopez & C. R. Snyder (Eds.), *Oxford Handbook of Positive Psychology* (pp. 483-490). Oxford University Press.

Tervalon, M. & Murray-Garcia, J. (1998). Cultural humility versus cultural competence: A critical distinction in defining physician training outcomes multicultural education. *Journal of Health Care for the Poor and Underserved, 9*(2), 117-125. https://doi.org/10.1353/hpu.2010.0233

Tomás de Aquino. (2011). *Suma de Teología II: Parte I-II*. BAC.

Tomás de Aquino. (2019). *Suma de Teología IV: Parte II-II (b)*. BAC.

Van Tongeren, D. R., Davis, D. E., Hook, J. N. & Witvliet, C. vanOyen. (2019). Humility. *Current Directions in Psychological Science, 28*(5), 463-468. https://doi.org/10.1177/0963721419850153

VIA Institute on Character. (s.f.). *Humility*. https://bit.ly/3pnOXlX

Weidman, A. C., Cheng, J. T. & Tracy, J. L. (2018). The Psychological Structure of Humility. *Journal of Personality and Social Psychology, 114*(1), 153-178. https://doi.org/10.1037/pspp0000112

Worthington, E. L., Davis, D. E. & Hook, J. N. (2017). *Handbook of Humility. Theory, Research, and Applications*. Routledge.

Wright, J. C., Nadelhoffer, T., Perini, T., Langville, A., Echols, M. & Venezia, K. (2017). The psychological significance of humility. *Journal of Positive Psychology, 12*(1), 3-12. https://doi.org/10.1080/17439760.2016.1167940

Zawadzka, A. M. y Zalewska, J. (2013). Can humility bring happiness in life? The relationship between life aspirations, subjective well-being, and humility. *Annals of Psychology, 16*(3), 433-449. https://bit.ly/2XRkHGb

Zmigrod, L., Zmigrod, S., Jason, Rentfrow, P. J. & Robbins, T. W. (2019). The psychological roots of intellectual humility: The role of intelligence and cognitive flexibility. *Personality and Individual Differences, 141*, 200-208. https://doi.org/10.1016/j.paid.2019.01.016

CAPÍTULO 10

RESILIENCIA Y VIRTUD DE LA FORTALEZA. INDAGACIONES A LA LUZ DEL PENSAMIENTO DE TOMÁS DE AQUINO

Pablo S. Furlotti
pablo.furlotti@unsta.edu.ar
Universidad del Norte Santo Tomás de Aquino – Tucumán – Argentina

1. INTRODUCCIÓN

En las últimas décadas, la resiliencia en la vida humana ha sido explorada y estudiada por numerosos investigadores de diferentes áreas del saber. Esto se manifiesta, de alguna manera, en los numerosos artículos académicos y libros publicados sobre la cuestión[1], así como en los seminarios o cursos de formación que se ocupan del tema.

Un análisis atento de las publicaciones sobre resiliencia permite constatar que la mayoría de los investigadores no consideran los aportes que muchos escritos filosóficos pueden brindar para el desarrollo del tema.

En el presente trabajo se exponen algunas de las nociones fundamentales sobre resiliencia que presentan las investigaciones de los últimos años. Luego, se desarrollan las indagaciones de Tomás de Aquino sobre la fortaleza a fin de mostrar la afinidad temática y la importancia de la integración de múltiples saberes.

---

[1] Brooks, R., y Goldstein, S. (2010). *El poder de la resiliencia. Como superar los problemas y la adversidad*. Paidós. Feder, D. J. (2018). *Resiliencia. Cómo la mente supera las adversidades*. Salvat. Forés, A., y Grané, J. (2008). *La resiliencia. Crecer desde la adversidad*. Plataforma. Gruhl, M. (2009). *El arte de rehacerse: la resiliencia*. Sal Terrae. Henderson, N., y Milstein, M. (2010). *Resiliencia en la escuela*. Paidos. Henderson Grotberg, E. (2003). *La resiliencia en el mundo de hoy*. Gedisa. Melillo, A., y Suárez Ojeda, E. (2011). *Resiliencia. Descubriendo las propias fortalezas*. Paidós. Uriarte Arciniega, J. (2005). La resiliencia. Una nueva perspectiva en psicopatología del desarrollo. *Revista de Psicodidáctica*, 10(2), 61-80.

2. NOCIONES GENERALES SOBRE LA RESILIENCIA

El término "resiliencia" se emplea para designar la capacidad humana de adaptación, transformación y crecimiento frente a la adversidad[2]. Una persona es resiliente cuando es capaz de hacer frente a las contrariedades de la vida, aprender de ellas y superarlas.

En la vida humana constantemente se presentan situaciones adversas dentro del ámbito familiar (fallecimiento de seres queridos, enfermedades, divorcios o separaciones, maltratos, etcétera) y fuera de él (robos, violencia, guerras, catástrofes naturales, etcétera)[3]. Es imposible evitarlas totalmente. Por esta razón, las personas deben aprender a lidiar con ellas y a superarlas en la medida de lo posible.

La resiliencia es una capacidad que puede ser desarrollada y acrecentada por las personas en el transcurso de la vida. En numerosos trabajos, es presentada como un proceso continuo que abarca las distintas etapas del ciclo vital[4].

Según los investigadores, es posible identificar una serie de factores constitutivos de la resiliencia. Edith Henderson Grotberg destaca especialmente: la confianza, la autonomía y la iniciativa[5].

La persona resiliente confía en los demás y en sí misma. Un individuo desconfiado vive en un estado de alerta constante, sospecha de todas las personas y no cultiva vínculos de amistad. Esto constituye un obstáculo para la resiliencia. Los vínculos interpersonales son fundamentales.

La autoconfianza es también sumamente relevante. Los individuos que no confían en sí mismos pueden volverse dependientes de los otros y consideran que no pueden afrontar solos las adversidades.

La autonomía es definida frecuentemente como independencia y libertad para planificar y decidir. Es un factor clave para desarrollar la resiliencia. Los individuos carentes de autonomía no logran superar solos las dificultades de la vida y están siempre a la espera de la ayuda "salvadora" de otros.

Otro factor esencial mencionado por Edith Henderson Grotberg es la iniciativa. El individuo resiliente es un agente activo, diligente, creativo. Planifica y busca la manera de realizar lo planificado a pesar de los obstáculos. Una persona sin iniciativa adopta frecuentemente una actitud pasiva, que resulta muy negativa.

---

2 Feder, D. J. (2018). *Resiliencia. Cómo la mente supera las adversidades*. Salvat.

3 Henderson Grotberg, E. (2003). *La resiliencia en el mundo de hoy*. Gedisa.

4 Melillo, A., y Suárez Ojeda, E. (2011). *Resiliencia. Descubriendo las propias fortalezas*. Paidós. Feder, D. J. (2018). *Resiliencia. Cómo la mente supera las adversidades*. Salvat. Gruhl, M. (2009). *El arte de rehacerse: la resiliencia*. Sal Terrae. Henderson, N., y Milstein, M. (2010). *Resiliencia en la escuela*. Paidos.

5 Henderson Grotberg, E. (2003). *La resiliencia en el mundo de hoy*. Gedisa.

Monika Gruhl destaca tres actitudes fundamentales para la resiliencia[6]. En primer lugar, el optimismo realista. La persona resiliente tiene una imagen positiva del mundo y de sí misma, sin caer en consideraciones ingenuas. Se enfoca en aspectos positivos de su entorno, sin ignorar lo negativo y peligroso.

La segunda actitud es la aceptación. El individuo resiliente sabe y acepta que las contrariedades y dificultades forman parte de la vida y que no pueden eliminarse totalmente. Además, se acepta a sí mismo, sabiendo que hay cosas que no pueden cambiar.

Por último, Gruhl menciona la creatividad en la búsqueda de soluciones. La persona resiliente considera las dificultades como posibilidades y oportunidades. Busca alternativas, adopta perspectivas diversas y no se cierra en esquemas rígidos.

En muchas de las publicaciones que estudian la resiliencia, se insiste en la importancia del tema para el campo de la educación. Es muy importante favorecer el desarrollo de la resiliencia en los distintos niveles del sistema educativo.

Los docentes deben buscar maneras efectivas de promover entre los estudiantes comportamientos resilientes, atendiendo a las edades y a los contextos concretos.

3. LAS VIRTUDES FUNDAMENTALES. ALGUNOS DATOS HISTÓRICOS

Lo expuesto anteriormente, manifiesta las numerosas y profundas investigaciones existentes sobre la resiliencia. Sin embargo, lo que no aparece en esas publicaciones son referencias a las agudas indagaciones que muchos pensadores, de distintas épocas, realizaron. En los diferentes períodos de la historia de la filosofía, estudiosos destacados escribieron sobre una virtud que perfecciona al ser humano y lo predispone para enfrentar las adversidades: la fortaleza.

En el contexto de la cultura griega antigua, Platón (427-347 a. C.) presentó en sus escritos un catálogo de cuatro cualidades morales fundamentales para la vida humana: prudencia, justicia, fortaleza y templanza. El filósofo griego mencionó estas perfecciones en sus diálogos *Fedón*[7], *Banquete*[8] y *República*[9]. En este último escrito, las desarrolló con mayor detalle.

Aristóteles (384-322 a. C.), discípulo de Platón durante muchos años, continuó y amplió las indagaciones de su maestro[10].

---

6 Gruhl, M. (2009). *El arte de rehacerse: la resiliencia*. Sal Terrae.

7 Platón. *Fedón*, 69b.

8 Platón. *Banquete*, 196c.

9 Platón. *República*, 427e-445b.

10 Aristóteles Ética Nicomáquea, 1119b-1128b.

Ambos filósofos, consideraron que los seres humanos pueden adquirir cualidades morales durante la vida, denominadas "virtudes" (*areté*). Una de ellas, la fortaleza o valentía, perfecciona al sujeto para que sea capaz de enfrentar con firmeza las dificultades de la existencia.

Alrededor del siglo I a. C., el catálogo de las cuatro virtudes fundamentales para el obrar moral —prudencia, justicia, fortaleza y templanza— fue incluido en el escrito sapiencial del Antiguo Testamento titulado *Sabiduría*[11].

Marco Tulio Cicerón (106-43 a. C.) estudió las cuatro virtudes en el primer libro de la obra *Sobre los deberes*[12].

En la obra *Sobre las virtudes*, Filón de Alejandría (c. 13 a. C. – c. 45 d. C.) analizó la valentía en la vida humana[13].

Lucio Anneo Séneca (4 a. C. – 65 d. C.) escribió la obra titulada *De la constancia del sabio*. En ella, es posible identificar algunas reflexiones vinculadas con la fortaleza[14].

Los primeros seguidores de Jesús incluyeron algunas de las virtudes en sus predicaciones y enseñanzas. En las epístolas de Pablo de Tarso[15] y en otros escritos del Nuevo Testamento[16], aparecen exhortaciones y recomendaciones que aluden a las cualidades morales estudiadas por los filósofos.

El catálogo de las cuatro virtudes principales —prudencia, justicia, fortaleza y templanza— pasó a formar parte de la doctrina teológico-moral de los grandes maestros y pensadores cristianos[17]. En muchos escritos patrísticos, la paciencia fue considerada como una virtud cristiana esencial y relacionada con la fortaleza[18].

Esta somera presentación histórica nos permite comprender la riqueza de las indagaciones filosóficas sobre las virtudes. En el siglo XIII, Tomás de Aquino (1224-1274) escribió extensamente sobre las cuatro virtudes cardinales, sintetizando las enseñanzas de filósofos antiguos y de pensadores cristianos, y añadiendo sus propias consideraciones. A continuación, serán expuestas las ideas fundamentales del maestro dominicano medieval sobre la fortaleza.

---

11 *Sabiduría* 8,7.

12 Cicerón. *De Officiis*, Libro I, 6-42.

13 Filón de Alejandría. *De virtutibus*, I – VIII, (1-50).

14 Séneca. *De constantia sapientis*.

15 *1 Tesalonicenses* 5, 14-22; *Gálatas* 5, 22-23; *Romanos* 12, 9-21.

16 *1 Pedro* 3, 8-17 . 4, 12-16; *Santiago* 5, 7-11. Sobre las enseñanzas morales del Nuevo Testamento: Meeks, W. (1992). *El mundo moral de los primeros cristianos*. Desclée De Brouwer. Schrage, W. (1987). Ética del Nuevo Testamento. Sígueme.

17 Ambrosio de Milán. *De officiis*, I, 24-47. Agustín de Hipona. *De Moribus Ecclesiae Catholicae*, Libro I, Cap. XV; XXV. *De Libero Arbitrio*, Libro I, 89-93; Libro II, 190. *De Civitate Dei*, Libro IV, Cap. XX; Libro XIX, Cap. 4, 3-5; Libro XXII, Cap. XXIV, 3.

18 Kreider, A. (2017). *La paciencia*, Sígueme.

4. LA FORTALEZA SEGÚN EL PENSAMIENTO DE TOMÁS DE AQUINO

Según Tomás de Aquino, el humano es un ser perfectible. Al estar dotado de intelecto y voluntad, es capaz de obrar libremente y de perfeccionarse a lo largo de su vida.

La persona humana es capaz de adquirir, durante el transcurso de su existencia, ciertos hábitos operativos que la perfeccionan y la predisponen a obrar bien: las virtudes.

Siguiendo las enseñanzas de pensadores anteriores, Tomás consideró cuatro virtudes fundamentales y las denominó "cardinales", por ser las principales para el desarrollo moral del ser humano.

La prudencia no es otra cosa que cierta rectitud de discreción en toda clase de actos y de materias; la justicia, cierta rectitud de alma por la que el hombre obra lo que debe en cualquier materia; la templanza, cierta disposición del alma que modera cualquier pasión u operación, para que no traspasen los límites debidos; la fortaleza, cierta disposición del alma por la que se afianza en lo que es conforme a la razón frente a cualquier ímpetu pasional o al cansancio de las operaciones[19].

En la obra *Suma teológica*, Tomás escribió profundos tratados sobre cada una de estas virtudes con el fin de esclarecer su naturaleza y de entender su importancia para el perfeccionamiento de las personas[20].

En la redacción del tratado dedicado a la fortaleza, el maestro medieval utilizó especialmente como fuentes para desarrollar sus propias ideas las enseñanzas bíblicas, las de Aristóteles y las de Agustín de Hipona. Otras fuentes empleadas por Tomás fueron los escritos de Cicerón, de Séneca y diversas obras patrísticas[21].

Los humanos no son seres ilimitados, infalibles e invulnerables, sino, al contrario, seres limitados, falibles y vulnerables. Cuando se proponen un objetivo y surgen dificultades, experimentan temor y muchas veces flaquean. Por esta razón, necesitan adquirir alguna cualidad que les permita enfrentar las dificultades de la vida y no desfallecer ante la adversidad. Esta es, según Tomás de Aquino, la imprescindible función de la fortaleza. Esta virtud cardinal, prepara a la persona que la posee para superar el miedo que generan las situaciones difíciles y complejas que se presentan.

A la virtud de la fortaleza corresponde eliminar el obstáculo que retrae a la voluntad de seguir la razón. Pero el que uno se retraiga de algo difícil pertenece al

---

19 Tomás de Aquino. *Summa Theologiae*, I-II, q 61, a 4.

20 Tomás de Aquino. *De Virtutibus Cardinalibus*; *Summa Theologiae*, II-II, q. 47-170. Cesario, R. (1998). *Las virtudes*. Edicep. García López, J. (2003). *Virtud y personalidad*. Eunsa. Pieper, J. (1980). *Las virtudes fundamentales*. Rialp. Trigo, T. (2017). *Moral de la persona: las virtudes*. Eunsa.

21 Congar, Y. (1974). Le traité de la forcé dans la Somme Theologique de Saint Thomas d'Aquin. *Angelicum*, 51, 331-348.

temor, que implica el alejamiento de un mal difícil, como se explicó al tratar de las pasiones. Por tanto, se ocupa sobre todo del temor a las cosas difíciles, que pueden retraer a la voluntad de seguir la razón[22].

La persona fuerte vence el temor que generan las dificultades, pero no se transforma en un individuo precipitado y negligente que no mide las consecuencias y los posibles peligros. La fortaleza constituye un punto de equilibrio entre el temor paralizante frente a la adversidad y la precipitación ciega y audaz en el obrar[23].

Tomás de Aquino consideró que la fortaleza está especialmente asociada a cuatro cualidades subordinadas: la magnanimidad, la magnificencia, la paciencia y la perseverancia[24].

Atendiendo a su etimología, magnanimidad es equivalente a "grandeza de ánimo". Es la virtud que predispone a la persona para emprender con gran ánimo empresas eminentes y de gran excelencia, dentro de las posibilidades razonables de cada uno. Esta virtud impide que el individuo se contente con pequeñeces que no le permiten crecer y desarrollarse.

La palabra magnificencia equivale, en cierto modo, a "grandeza en el hacer". Esta virtud facilita la realización de proyectos significativos a pesar de los recursos que estos implican. Impulsada por esta virtud, la persona es capaz esforzarse por encontrar los medios necesarios para llevar adelante un plan razonable.

La paciencia es el hábito que permite al individuo tolerar las situaciones difíciles que son inevitables. Por ejemplo, si una persona contrajo una enfermedad, aunque fue cuidadosa y precavida, la paciencia le ayuda a sobrellevar esta dificultad evitando la tristeza desordenada.

La perseverancia predispone a la persona para no desistir en una obra buena a pesar de la larga duración y los obstáculos que ella implica.

Es necesario que a la fortaleza se le adjunte, como una virtud secundaria a su virtud principal, toda virtud cuyo mérito y grandeza consiste en soportar firmemente algo difícil. Pero lo que realmente distingue y engrandece a la perseverancia es el no ceder ante la dificultad que implica la larga duración de la obra buena, […] Tal es la razón por la que la perseverancia se adjunta a la fortaleza como una virtud secundaria a su virtud principal[25].

Muchas veces, la realización definitiva de un proyecto bueno y viable se extiende en el tiempo y la rutina genera cansancio, desgano, tedio. La persona perseverante supera esas dificultades.

Según Tomás de Aquino, alcanzar la fortaleza conlleva adquirir la magnanimidad, la magnificencia, la paciencia y la perseverancia.

---

[22] Tomás de Aquino. *Summa Theologiae*, II-II, q 123, a 3.
[23] Tomás de Aquino. *Summa Theologiae*, II-II, q 123, a 3.
[24] Tomás de Aquino. *Summa Theologiae*, II-II, q 128.
[25] Tomás de Aquino. *Summa Theologiae*, II-II, q 137, a 2.

En función de lo expuesto, podría surgir una pregunta fundamental: ¿cómo adquirir la fortaleza? Tomás de Aquino fue un perspicaz investigador y logró una visión muy equilibrada de la especie humana. En sus escritos, no presentó recetas mágicas ni recomendaciones milagrosas. Los hábitos se adquieren progresivamente por el ejercicio constante a lo largo del tiempo[26]. Un ser humano no nace prudente, ni justo, ni fuerte, ni templado, sino que llega a ser virtuoso progresivamente. Si una persona realiza todos los días sus actividades conscientemente superando con esfuerzo las dificultades que se presentan, adquirirá la fortaleza. El mismo procedimiento se aplica para las demás virtudes cardinales.

Estas enseñanzas de Tomás de Aquino son de gran importancia para la educación en el ámbito familiar y en las instituciones educativas. El maestro medieval escribió lo siguiente:

> "En la especie humana, no sólo necesita el hijo de nutrición corporal, como en los demás animales, sino también de instrucción en cuanto al alma. Porque los animales se hallan dotados por naturaleza de artes, con que pueden proveerse, y el hombre vive con razón, la cual llega a madurez después de muy larga experiencia. Por tanto, es menester que los hijos sean instruidos por sus padres como por experimentados. Y no son los recién nacidos capaces de instrucción, sino harto tiempo después; hasta los años de la discreción; y para esa instrucción se ha de emplear largo tiempo. Y aun entonces por el ímpetu de las pasiones, que enturbian el juicio de la prudencia, necesitan de instrucción con corrección"[27].

La formación integral requiere mucho tiempo. Por consiguiente, la adquisición de las virtudes será un proceso progresivo.

5. CONCLUSIONES

Las investigaciones sobre la resiliencia se han multiplicado en las últimas décadas y brindaron contribuciones significativas para diversas áreas del saber, como la psicología y la pedagogía. En el presente trabajo, se ha intentado mostrar que los estudios sobre la resiliencia se verían enriquecidos si atendieran a los escritos filosóficos de pensadores destacados.

Tomás de Aquino escribió en la Edad Media un profundo tratado sobre la fortaleza que presenta ideas esclarecedoras. Las consideraciones del maestro dominico se pueden relacionar claramente con las indagaciones contemporáneas.

---

[26] Tomás de Aquino. *Summa Theologiae*, I-II, q 51.

[27] Tomás de Aquino. *Suma contra gentiles*, III, 122.

Las similitudes entre resiliencia y fortaleza son claras. En ambas perspectivas se considera al humano como un ser vulnerable capaz de perfeccionarse y de aprender a sobrellevar las adversidades que se le presentan.

La antropología filosófica tomasiana y las nociones de hábito y de virtud aportan precisión a la terminología de las investigaciones sobre resiliencia, mientras que estas añaden una dimensión terapéutica que no está en los escritos de Tomás.

En la convergencia y complementariedad de psicología y filosofía, las investigaciones podrían enriquecerse significativamente.

BIBLIOGRAFÍA

Abba, G. (1992). *Felicidad, vida buena y virtud*. Eiunsa.

Aranguren, J. (2000). *Resistir en el bien*. Eunsa.

Brooks, R. & Goldstein, S. (2010). *El poder de la resiliencia. Como superar los problemas y la adversidad*. Paidós.

Cesario, R. (1998). *Las virtudes*. Edicep.

Congar, Y. (1974). Le traité de la forcé dans la Somme Theologique de Saint Thomas d'Aquin. *Angelicum*, 51, 331-348.

Feder, D. J. (2018). *Resiliencia. Cómo la mente supera las adversidades*. Salvat.

Forés, A. & Grané, J. (2008). *La resiliencia. Crecer desde la adversidad*. Plataforma.

García López, J. (2003). *Virtud y personalidad*. Eunsa.

Gruhl, M. (2009). *El arte de rehacerse: la resiliencia*. Sal Terrae.

Henderson, N. & Milstein, M. (2010). *Resiliencia en la escuela*. Paidos.

Henderson-Grotberg, E. (2003). *La resiliencia en el mundo de hoy*. Gedisa.

Keenan, J. (1999). *Virtudes de un cristiano*. Mensajero.

Melillo, A. & Suárez Ojeda, E. (2011). *Resiliencia. Descubriendo las propias fortalezas*. Paidós.

Oblitas, L. A. (2010). *Psicología de la salud y calidad de vida*. Cengage Learning.

Pieper, J. (1980). *Las virtudes fundamentales*. Rialp.

Rhorheimer, M. (2000). *La perspectiva de la moral*. Rialp.

Roqueñi Rello, J. (2005). *Educación de la afectividad*. Eunsa.

Trigo, T. (2017). *Moral de la persona: las virtudes*. Eunsa.

Tomás de Aquino (2015). *Suma Teológica*, Tomo IX, (Edición bilingüe). BAC.

Tomás de Aquino (2005). *Suma de Teología*, Tomo IV. BAC.

Tomás de Aquino (2003). *Cuestión sobre las virtudes en general*, en *Opúsculos y cuestiones selectas*, (Edición bilingüe). BAC.

Tomás de Aquino (2003). *Cuestión sobre las virtudes cardinales*, en *Opúsculos y cuestiones selectas*, (Edición bilingüe). BAC.

Uriarte Arciniega, J. (2005). La resiliencia. Una nueva perspectiva en psicopatología del desarrollo. *Revista de Psicodidáctica*, 10(2), 61-80.

CAPÍTULO 11
TENDIENDO PUENTES: EL CONCEPTO DE PERDÓN DE ENRIGHT Y LA TEORÍA MIMÉTICA DE RENÉ GIRARD

Isabel González Sosa
isabel.gonzalezs@ufv.es
Ángel Barahona Plaza
a.barahona.prof@ufv.es
Saray Bonete Román
s.bonete.prof@ufv.es
Clara Molinero Caparrós
c.molinero.prof@ufv.es
Universidad Francisco de Vitoria

1. INTRODUCCIÓN

Las relaciones interpersonales ocupan un papel fundamental en el desarrollo integral del ser humano. Sin embargo, en ocasiones, en el seno de estas relaciones aparecen conflictos que repercuten en el bienestar y la salud de las personas, siendo necesarias estrategias de resolución de los mismos.

El presente trabajo tiene el propósito de poner en diálogo dos propuestas para la resolución de los conflictos violentos en las relaciones interpersonales: el concepto de perdón de Robert Enright, pionero en el estudio de esta virtud desde una perspectiva de la psicología científica; y la propuesta de no violencia que René Girard propone en la conocida *teoría mimética*. Se parte de la base de que ambas propuestas presentan mecanismos que son compatibles entre sí, siendo ambas res-

puestas que implican la virtud y que tienen beneficios en la salud mental de las personas que las ponen en marcha. Este análisis es relevante por cuanto da fundamento a propuestas de entrenamiento en habilidades de resolución de conflictos.

2. LA PROPUESTA DE ROBERT ENRIGHT: EL PERDÓN COMO ESTRATEGIA DE RESOLUCIÓN DE CONFLICTOS

Robert Enright considera el perdón como una habilidad susceptible de entrenamiento que, entre otras cosas, favorece el bienestar psicológico y restaura las relaciones interpersonales (Enright y Fitzgibbons, 2000). En el ámbito de la resolución de conflictos interpersonales es una alternativa de solución siempre posible que presenta beneficios psicológicos como la reducción de los niveles de depresión, ansiedad y odio y el aumento de los niveles de esperanza. Este concepto de perdón de Enright hunde sus raíces en la tradición filosófica partiendo del concepto de virtud moral de Aristóteles.

2.1. La definición del perdón de Enright

Existen diferentes definiciones del concepto de perdón desde una perspectiva científica. Algunos autores, consideran que el perdón consiste en una reducción de las respuestas negativas hacia el ofensor. Sin embargo, otros autores incluyen también la aparición de respuestas positivas hacia el agresor como la generosidad, la compasión y el amor. La definición de Enright y Fitzgibbons (2000) contempla tanto la dimensión negativa como la dimensión positiva del perdón estableciendo que:

> *El perdón es el deseo de abandonar el resentimiento y respuestas relacionadas (a las que las víctimas tienen derecho) y el esfuerzo por responder al ofensor basado en el principio moral de la beneficencia, que puede incluir compasión, aprecio incondicional, generosidad y amor moral (al que el ofensor, debido a la naturaleza de la ofensa no tiene derecho) (p. 29).*

Dicha definición se nutre de la conceptualización del perdón establecida por North en 1987 quien recoge tres aspectos claves en la definición del perdón. En primer lugar, el reconocimiento de que la víctima ha sufrido un daño. En segundo lugar, la persona que ha sufrido la ofensa tiene el derecho a mostrar respuestas negativas hacia la persona que le ha producido la ofensa como la venganza y el juicio negativo, sin embargo, toma la decisión de sobreponerse a ellas. En último lugar, desde esta definición se contempla la dimensión positiva del perdón, que conlleva que la víctima genera respuestas positivas hacia el ofensor como la compasión, la bondad y el amor.

El proceso de perdón conlleva tiempo y esfuerzo, por lo que no se debe considerar un fracaso el hecho de que no se dé inmediatamente. Existen una serie de variables que influyen en la facilidad o dificultad en el proceso de perdón. Entre ellas se destacan: el tiempo que ha transcurrido desde la aparición de la ofensa, la severidad, la relación con el ofensor, la intencionalidad, etc. (Prieto 2017). Asimismo, para que se dé la respuesta del perdón no es necesario que el ofensor se disculpe por la ofensa realizada. Además, desde la visión de Enright, el perdón es una decisión individual que no depende de la disculpa de la persona que ha hecho daño; e incluye no solo la conducta sino también emociones y pensamientos y restablece una actitud benevolente hacia el agresor independientemente de sus actos.

2.2. Consideración del perdón como una virtud moral

Enright concibe el perdón como una virtud moral, y como tal una habilidad que puede ser cultivada al igual que otras virtudes como la valentía o la justicia, etc. Según Aristóteles (1985) la virtud, adquirida a partir del hábito, es el «*término medio entre dos vicios*» (p. 175).

Las virtudes pueden clasificarse en virtudes intelectuales y virtudes morales (Agejas, 2007). Por un lado, las virtudes intelectuales, con la primacía de la prudencia, perfeccionan la inteligencia ayudando a esta facultad en el conocimiento de la verdad. Por otro lado, las virtudes morales (fortaleza, templanza y justicia, entre otras), se refieren a las virtudes por las que el hombre busca el bien por medio de la facultad de la voluntad. Es en las virtudes morales, y no tanto en las virtudes intelectuales en las que los hábitos tienen mayor influencia.

Enright, al proponer dentro de su conceptualización del perdón la inclusión de respuestas positivas (compasión, generosidad, amor) hacia el agresor, establece que el perdón es una virtud moral que se nutre de la virtud de la magnanimidad en la que la víctima da al agresor por encima de lo que es justo o se merece. Según Aristóteles (1985), las virtudes no pueden darse de manera independiente de las otras, sino que para que la virtud sea considerada como tal debe darse en armonía con el resto de virtudes. Por tanto, la virtud de la magnanimidad, que implica el perdón, no puede darse de manera aislada de las otras virtudes morales.

La consideración del perdón como una virtud condiciona que, inicialmente una persona que ha sufrido una ofensa y que no esté entrenada en este proceso no pueda perdonar ofensas muy graves. Según Enright, la persona debe entrenarse en un primer momento en el perdón de ofensas sencillas del día a día e ir adquiriendo el hábito para ser capaz de perdonar ofensas más graves. Es por ello que, en los últimos años de su investigación Enright ha centrado sus esfuerzos en promover el estudio del perdón desde los primeros años de vida de las personas, para que desde la primera infancia los niños aprendan a cultivar esta virtud y se inicien en este proceso que les llevará toda una vida.

2.3. Beneficios del perdón

La evidencia disponible señala que el perdón tiene beneficios psicológicos que de otra manera no pueden conseguirse, siendo muchas las personas que han sufrido ofensas que se pueden beneficiar de la terapia del perdón. Especial mención reciben ofensas en las que se daña profundamente la dignidad de la persona como el incesto, los abusos sexuales o el maltrato.

Enright ha sido uno de los primeros autores en llevar a cabo intervenciones en perdón. En doce estudios publicados por este autor, se encuentran cambios en los niveles de ansiedad, de odio, de depresión, además de mejorar los niveles de autoestima y de esperanza. Así, Hebl y Enright (1993) llevaron a cabo intervenciones en perdón con personas mayores de residencias de ancianos en los que se observaba que, a pesar del deterioro físico, mejoraban los niveles de esperanza después del proceso de perdón. Freedman y Enright (1996) constataron una disminución en los niveles de depresión de mujeres víctimas de incestos.

A pesar de los múltiples beneficios obtenidos en terapia del perdón, muchos teóricos consideran que la posibilidad del perdón es perjudicial para la víctima (McNulty 2011; Wohl y Thompson, 2011). Esta consideración revela que es posible que se estén confundiendo términos como, por ejemplo, perdón con reconciliación. Desde la propuesta de Enright, el perdón no implica necesariamente una reconciliación con el ofensor. Por otro lado, revela la importancia de iniciar a la persona en el proceso de perdón cuando esté preparada y siempre después de una decisión personal, nunca es una imposición, sino una opción, entre muchas, que la persona decide tomar e iniciar su proceso (Enright y Fitzgibbons, 2000).

3. LA TEORÍA MIMÉTICA DE RENÉ GIRARD

La teoría de René Girard se configura como una teoría holística e interdisciplinar de la violencia humana (Barahona, 2014). Es holística porque explica el origen de los conflictos humanos desde las comunidades primitivas hasta la actualidad y, es interdisciplinar porque se ha nutrido de la antropología, la literatura, la filosofía, la etnología y la teología para la configuración de los elementos vertebradores de su teoría. Este recorrido interdisciplinar le ha permitido el conocimiento hermenéutico del origen de la violencia desde las sociedades primitivas hasta la actualidad, además de proponer un mecanismo pacífico alternativo a la resolución de los conflictos.

3.1. El deseo mimético

El elemento del "deseo mimético" surge del análisis de los resentimientos, celos y envidias de los personajes de las novelas de los grandes autores: Shakespeare,

Dostoievski, entre muchos otros. Para Girard, el deseo mimético es el concepto crucial de su teoría, el eje vertebrador de sus posteriores descubrimientos. El deseo mimético se concibe como la tendencia del ser humano a desear «el objeto poseído o deseado por aquel al que toma por modelo» (Girard, 2006, p.51). Dicha conceptualización expresa que el deseo del ser humano no es ni propio, ni auténtico, ni espontáneo, sino que imita lo que un modelo le presenta como deseable. Lo novedoso de Girard no es que el deseo sea mimético, sino que esta mímesis acaba en rivalidad. Cuando dos manos tienden al mismo objeto, están abocadas a acabar en rivalidad (Girard, 2006, p. 62).

3.2. El chivo expiatorio

El segundo elemento vertebrador de su teoría es el mecanismo del chivo expiatorio. Girard al estudiar los mitos y ritos de las culturas de la humanidad se da cuenta de que en todos ellos existen rituales sacrificiales con características comunes, observando en todos ellos la misma historia: Ante la existencia de crisis sociales producidas por catástrofes naturales, epidemiológicas o por rivalidades interminables por territorios u otros objetos de deseo, surge en un momento de la historia difícil de precisar y de manera fortuita la costumbre de sacrificar a una víctima escogida al azar o por sus rasgos estereotípicos (cojo, extranjero) a la que culpar de ese desorden social. De una manera catártica, la violencia de todos los miembros de la sociedad (que la comunidad desconoce o trata de ocultar) se descarga sobre una víctima que se convierte en chivo expiatorio, restaurando el orden social (Girard, 1983).

De esta manera, aparece una «convergencia espontánea, mimética, de toda la comunidad contra una víctima única, el chivo expiatorio original, sobre el que todos los odios se descargan» (Barahona, 2014, p. 175). La novedad de la teoría girardiana reside en el descubrimiento del carácter sagrado que se encuentra en esta forma no consciente de apaciguar los conflictos violentos que acaba convirtiéndose en sacrificio ritual.

3.3 La propuesta de no violencia

El tercer elemento que vertebra la teoría de Girard son las aportaciones que los evangelios hacen a su teoría del deseo mimético y el chivo expiatorio. Girard, profundizando en los evangelios, observa que la Pasión de Cristo no constituye un mito más, sino que es un mito que revela la unanimidad mimética de la comunidad contra la víctima, que la víctima era inocente y que, por tanto, el sacrificio era inútil. En los evangelios, no solo se describe el origen violento de la sociedad, sino que Jesucristo, conociendo la naturaleza humana y las escaladas de violencia a las que estaba abocada la sociedad, propone una vía de solución pacífica: el amor al

enemigo. En palabras de Girard, «Dios participa deliberadamente de la experiencia de víctima para liberar al hombre de la violencia» (p. 87).

Es más, en los evangelios, se presenta a Jesús como modelo a imitar evitando tomar como modelo a cualquier persona próxima a nosotros, ya que si imitamos a Jesús evitamos las rivalidades miméticas que pueden surgir con estos últimos (Girard, 2006, p. 61). De esta manera los evangelios proponen que la manera de liberarse del mecanismo mimético es elegir a Cristo como modelo a imitar, o imitar a personas que tienen a Cristo como su modelo, al dar lugar a «*cadenas infinitas de buena imitación*» (Girard, 2006, p. 107*)* de la que los santos son eslabones. Cesáreo Bandera (2005) ya reconocía la importancia de elegir a Cristo como modelo a imitar en el célebre personaje de Cervantes; quien, en los últimos momentos de su vida, expresaba su lamento de haber imitado durante toda su vida a los caballeros y no haber imitado a Cristo.

4. COMPARACIÓN DEL CONCEPTO DE PERDÓN DE ENRIGHT Y LA TEORÍA MIMÉTICA DE RENÉ GIRARD

Una vez que se han presentado de manera independiente cada una de las aportaciones que, tanto Girard como Enright han establecido para la comprensión y resolución de los conflictos humanos, se pone en relación el pensamiento de cada uno de los autores analizando principalmente las semejanzas y diferencias que existen entre ellos.

4.1. Fundamentos antropológicos y éticos

Se considera que Enright y Girard presentan presupuestos antropológicos y éticos parecidos. Frente a las concepciones positivistas que predominan en el siglo XX y XXI, estos autores presentan una visión del ser humano integral, con todas sus dimensiones (biológica, psicológica, sociológica y también la espiritual). Se observa que sus visiones antropológicas son ambas compatibles asentadas en los valores judeocristianos.

Por un lado, la dimensión positiva del perdón que contempla Enright en su definición incluye la manifestación de respuestas positivas (generosidad, compasión, amor) hacia la persona que le ha hecho daño. Se puede afirmar que la imagen antropológica que se encuentra de base en esta dimensión positiva del concepto de perdón de Enright comparte los valores de la tradición judeocristiana resumidos en la idea de tratar al prójimo tal y como Dios te ha tratado.

Por otro lado, la teoría de Girard también se encuentra impregnada de los valores de la tradición judeocristiana. La imagen antropológica del ser humano que presenta Girard concibe que el ser humano funciona bajo el mecanismo del deseo

mimético, pero en medio de esa semi inconsciencia de este mecanismo, el ser humano puede darse cuenta de que opera bajo su influencia y elegir a qué modelo seguir. En la antropología del ser humano que Girard hace explícita, a partir de los evangelios, expresa que la manera de escapar del deseo mimético que nos aboca en rivalidad es tomar a Cristo como modelo y ofrecerse uno mismo como sacrificio (Girard, 2006).

De la misma forma, la consideración de la dignidad ontológica del ser humano es contemplada por ambos autores en el desarrollo de sus teorías. La dignidad ontológica hace referencia al valor del ser humano por el mismo hecho de ser *humano* independientemente de los actos. Por el hecho de ser *humano* es merecedora de dignidad y respeto. En palabras de Agejas (2007), la dignidad ontológica se define como «el valor intrínseco del hombre, independientemente de su obrar correcto o incorrecto» (p.67). A esta dignidad ontológica se contrapone la dignidad moral o la dignidad social en la que sí influyen los actos que una persona lleve a cabo.

4.2. Comprensión de la violencia

Son numerosas las teorías que buscan dar respuesta al fenómeno de la violencia en la sociedad. Por un lado, existen formulaciones teóricas que buscan en la biología la respuesta a la violencia en el ser humano. Por otro lado, existen concepciones tipo rousseaunianas que consideran al hombre bueno por naturaleza y es la sociedad la que le pervierte. La teoría de Girard aporta novedad en este campo, estableciéndose como una concepción holística que tiene en la mímesis su concepto clave en la explicación de la violencia.

Esta teoría de la violencia se puede aplicar tanto a un nivel microsistema, en el caso de las relaciones interpersonales; como a un nivel macrosistema, explicando los conflictos entre los grupos como, por ejemplo, los conflictos políticos entre países y los enfrentamientos que se forjan dentro de ellos (Girard, 2006).

A un nivel interpersonal, la teoría mimética permite comprender el origen de los conflictos violentos que se establecen en las relaciones de los miembros de un matrimonio, entre los miembros de una familia, entre un grupo de amigos, o entre los compañeros de trabajo, etc. Girard concede especial mención a las relaciones entre hermanos. Para Girard, los celos, rivalidades y envidias que se gestan en el seno de una familia radican en la mayor parte de los casos en el mecanismo del deseo mimético, generándose rivalidades que en muchos de los casos son difíciles de solucionar por el no reconocimiento de su influencia.

Por su parte, Enright ocupa su investigación científica en fomentar la opción del perdón como una respuesta libre que ayuda a la persona a recuperarse después de una ofensa grave, tales como incestos, malos tratos, abusos sexuales, etc. En este sentido, ambas teorías se muestran complementarias en tanto que la propuesta de

perdón de Enright pone el foco en la otra cara de la moneda, no en la explicación de la génesis del conflicto sino en la vía de solución.

A un nivel grupal, si se hace un recorrido por los principales conflictos entre grupos de la sociedad por motivos raciales, étnicos, territoriales, religiosos, etc. se observa que la mayoría de ellos se han originado en un momento concreto de la historia debido a rivalidades por territorios, por el poder político, por la supremacía de una clase social o por una reivindicación nacionalista, entre muchos otros motivos. En el análisis de Girard queda de manifiesto que el conflicto se inicia en un primer momento por una rivalidad concreta y con el paso del tiempo, el motivo inicial del conflicto pierde valor transformándose en la rivalidad por la rivalidad.

La teoría girardiana explica como la humanidad a lo largo de la historia ha promovido la solución al conflicto humano requiriendo de la violencia (Girard, 1983). Así, son numerosos los conflictos que son alimentados por escaladas de violencia y por rivalidades interminables, que muchas veces acaban sacrificando un chivo expiatorio que creen que resolverá el conflicto. En un primer momento, parece resuelto, pero solo de una manera temporal. Ante esta realidad, Girard apela a la toma de conciencia de la trampa de la violencia también en el origen y mantenimiento de los conflictos grupales, proponiendo una vía de solución pacífica.

Algunos de los trabajos más recientes de Enright exploran la aplicabilidad del concepto de perdón en las relaciones entre grupos sociales enfrentados. Enright *et. al* (2016) parten de la base de que los grupos son agentes morales que, aun cuando no poseen las mismas capacidades que los individuos, pueden causar daño y, por tanto, pueden perdonar y ser perdonados (Govier, 2002; Bright y Exline, 2012). Después de revisar más de 25 artículos referidos a grupos establecen una definición del perdón que se operativiza en función de las capacidades de los grupos entendido como: «reconociendo que un grupo ha sido injustamente tratado por otro grupo, el grupo que ha sido ofendido renuncia colectivamente a la retribución y promueve el perdón entre sus miembros respondiendo al grupo que le ha ofendido con comportamientos positivos» (p.159).

Por tanto, el perdón entre grupos puede ofrecerse como una alternativa de solución a otras opciones como la mediación, o como una opción complementaria a otras medidas como la hipótesis de contacto (Cehajic, Brown y Castano, 2008) que se estén aplicando en las relaciones entre grupos, ya sean políticos, religiosos o étnicos; idea que también recoge Girard cuando profundiza en la explicación de la violencia en los grupos enfrentados de la sociedad.

4.3. Propuestas de resolución a partir de la virtud

En las siguientes líneas, se describen las coincidencias y las diferencias que se encuentran en estos conceptos:

En primer lugar, si se profundiza en las respuestas que ambos autores ofrecen como solución de los conflictos violentos en la sociedad, se reconoce que no son respuestas que sean intrínsecamente dadas según la naturaleza del ser humano, sino que requieren de un entrenamiento previo. Ya lo decía Aristóteles, cuando hablaba de las virtudes morales o éticas: «Ninguna de las virtudes éticas se produce en nosotros por naturaleza, puesto que ninguna cosa que existe por naturaleza se modifica por costumbre. Así, la piedra se mueve por naturaleza hacia abajo, no podría ser acostumbrada a moverse hacia arriba» (Aristóteles, 1985 p.158). Ambas actitudes, por tanto, coinciden en ser respuestas virtuosas que requieren de la facultad de la voluntad para ponerlas en práctica. Enright, al concebir el perdón como una virtud moral, siempre ha reconocido que no es una capacidad innata que ha sido dada al ser humano por naturaleza, sino que requiere de un entrenamiento constante empezando siempre por situaciones menos graves para poder perdonar ofensas más graves. Por otro lado, la propuesta del sacrificio expresada por Girard en el evangelio apunta a que uno voluntariamente se ofrece a sí mismo como manera de solucionar la violencia.

En segundo lugar, ambas vías contribuyen a la consecución del Bien en mayúsculas. Desde las visiones platónicas y agustinianas, el mal no tiene entidad en sí misma, sino que es una privación del bien. Es por ello, que las respuestas del sacrificio de Girard y la respuesta del perdón de Enright contribuyen al bien de las personas y al Bien por excelencia. Según Enright, el perdón es el mejor regalo que puedas dar a los que te han hecho daño (Enright, 2017).

En tercer lugar, se considera que tanto el perdón como la propuesta de auto sacrificio y no violencia se constituyen como actos libres de la persona. Se conoce que la facultad operativa de la voluntad «tiende al bien presentado por la inteligencia» (Lucas, 2010, p.95*)*. Cuando una persona decide tomar la opción de perdonar entre las posibles respuestas ante el agresor, de alguna manera el sujeto determina el perdón como un bien para su persona y un bien a quien le ha herido (Enright y Fitzgibbons, 2000). En el acto del auto sacrificio, Girard propone que una manera de solucionar las escaladas de conflictos inevitables es romper con la violencia y ofrecerse como sacrificio (Girard, 2021). Esta decisión tiene las mismas características que el perdón. La persona ve la respuesta de parar la violencia como un bien e inclina libremente su voluntad a llevar a cabo ese acto libre.

Llegados a este punto es importante resaltar que los conceptos de sacrificio de Girard y de perdón de Enright coinciden en una gran parte; sin embargo, se debe tener en cuenta que para Enright el perdón no implica necesariamente la reconciliación, ni dejar de luchar por la justicia (Enright y Fitzgibbons, 2015). Enright considera que no todas las personas están preparadas para una reconciliación con el agresor, por la naturaleza de la ofensa, por la gravedad de la misma o por otra razón que pudiera explicarlo. Sin embargo, esto no quiere decir que el perdón no pueda darse. A pesar de no retomar la relación con el agresor, el perdón puede darse puesto que es posible que la víctima se libere de ese resentimiento y, al mis-

mo tiempo, busque el bien de la persona que le ha hecho daño, pero sin retomar la relación.

Del mismo modo, el concepto de perdón de Enright no implica dejar de luchar por la justicia, lo cual implica que uno puede perdonar a la persona que le ha hecho daño y, al mismo tiempo realizar los trámites necesarios para que se haga justicia por el daño cometido.

5. CONCLUSIÓN

Este trabajo permite concluir que el perdón de Enright y la propuesta de no violencia de Girard son respuestas válidas, que pueden ser alternativas o complementarias a otras soluciones ante los conflictos violentos y que tienen mecanismos que son compatibles entre sí: 1) Ambas tienen una antropología enraizada en los valores judeocristianos considerando la dignidad ontológica del ser humano. 2) Se observa que la teoría mimética aporta una explicación al origen de los conflictos violentos en la sociedad. 3) Se percibe que son conductas que requieren de la facultad operativa de la voluntad para ponerlas en práctica, siendo actos libres que se dirigen al bien por excelencia.

Este estudio se constituye como una primera aproximación al diálogo entre las propuestas de estos autores que permite avanzar en el conocimiento de la resolución de los conflictos interpersonales. En futuras investigaciones se espera incorporar esta fundamentación a propuestas de entrenamiento en habilidades de resolución de conflictos, tanto interpersonales como para grupos enfrentados.

REFERENCIAS

Agejas, J. (2007). *La tarea de ser mejor*. Madrid: Editorial Universidad Francisco de Vitoria.

Aristóteles. (1985). *Ética a Nicómaco*. Madrid: Editorial Gredos.

Bandera, C. (2005). *Monda y desnuda»: la humilde historia de don Quijote. Reflexiones sobre el origen de la novela moderna*. Madrid/Frankfurt am Main: Iberoamericana/Vervuert.

Barahona, A. (2014). *René Girard: de la ciencia a la fe*. Madrid: Encuentro.

Bright, D. S. & Exline, J. (2012). Forgiveness at four levels: Intrapersonal, relational, organizational, and collective-group. In K. S. Cameron & G. M. Spreitzer (Eds.), *The Oxford handbook of positive organizational scholarship* (pp. 244-259). New York, NY:Oxford University Press.

Cehajic, S., Brown, R., & Castano, E. (2008). Forgive and forget? Antecedents and consequences of intergroup forgiveness in Bosnia and Herzegovina. *Political Psychology*, *29*, 351-367.

Enright, R. & Fitzgibbons, R. (2000). *Helping clients forgive: An empirical guide for resolving anger and restoring hope*. Washington, DC: APA.

Enright, R. & Fitzgibbons, R. (2015). *Forgiveness therapy: empirical guide for resolving anger and restoring hope.* Washington D.C: APA Books.

Enright, R. D., Lee, Y. R., Hirshberg, M. J., Litts, B. K., Schirmer, E. B., Irwin, A. J., Klatt, J., & Hunt, J. (2016). Examining group forgiveness: Conceptual and empirical issues. Peace and Conflict, 22(2), 153–162. https://doi.org/10.1037/pac0000153 Enright, R. (2017) *Las 8 claves del perdón.* Barcelona: Eleftheria.

Freedman, S. & Enright, R. (1996). Forgiveness as an intervention goal with incest survivors. *Journal of Consulting and Clinical Psychology, 64,* 983–992. http://dx.doi.org/10.1037/0022-006X.64.5.983

Girard, R. (1983). *La violencia y lo sagrado*. Barcelona: Anagrama.

Girard, R. (2006). *Los orígenes de la cultura. Conversaciones con Pierpaolo Antonello y Joao Cezar de Castro Rocha.* Madrid: Editorial Trotta.

Girard, R. (2021). *Las cosas ocultas desde la fundación del mundo.* Salamanca: Sígueme

Govier, T. (2002). *Forgiveness and revenge*. New York, NY: Routledge.

Hebl, J., & Enright, R. (1993). Forgiveness as a psychotherapeutic goal with elderly females. *Psychotherapy: Theory, Research, Practice, Training, 30,* 658–667. http://dx.doi.org/10.1037/0033-3204.30.4.658

Lucas, R. (2010). *Explícame la persona*. Roma: Edizzioni Art.

McNulty, J. (2011). The dark side of forgiveness: The tendency to forgive predicts continued psychological and physical aggression in marriage. *Personality and Social Psychology Bulletin, 37*(6), 770–783. https://doi.org/10.1177/0146167211407077

North, J. (1987). Wrongdoing and forgiveness. *Philosophy, 42,* 336–352.

Prieto U. M. (2017). *Perdón y salud. Introducción a la psicología del perdón*. Madrid: Universidad Pontificia Comillas.

Wohl, M. J. A. & Thompson, A. (2011). A dark side to self-forgiveness: Forgiving the self and its association with chronic unhealthy behavior. *British Journal of Social Psychology*, 50, 354–364.

CAPÍTULO 12
FACTORES SUBYACENTES A LA SEXUALIZACIÓN DE LAS RELACIONES PERSONALES

María D. Barroso-López
mbarrosol@uao.es
Joan D. A. Juanola
juanola1@uao.es
Lizeth Alonso-Matías
ealonso@imp.edu.mx
Universtitat Abat Oliba CEU, Barcelona

1. INTRODUCCIÓN

En la actualidad, de acuerdo con la Asociación Americana de Psicología (APA por sus siglas en inglés) la sexualización se produce cuando el valor de una persona proviene únicamente de su atractivo o comportamiento sexual, con exclusión de otras características (APA, 2007a). En este sentido, diversos estudios refieren que las mujeres sobre todo son retratadas de manera sexualizada y se objetualizan con más frecuencia que los hombres. Aunque la sexualización se centra en personajes femeninos de todas las edades, existe una mayor prevalencia de mujeres adultas jóvenes (Díaz, Llovet & Patiño, 2016).

A pesar de la escasez de análisis exhaustivos que documenten la prevalencia de la sexualización en la etapa infantil y adolescente, se tienen datos indicando

que los mensajes sociales que contribuyen a la sexualización en estas etapas provienen no solo de los medios de comunicación, redes sociales y de productos comerciales, sino también a través de las relaciones interpersonales disfuncionales. Por ejemplo, los adultos cercanos a los menores pueden transmitir el mensaje que el mantener una apariencia física atractiva es el objetivo más importante. En algunos casos, pueden permitir o fomentar la cirugía plástica para ayudar a las adolescentes a alcanzar ese objetivo (APA, 2007b). De acuerdo con la Sociedad Internacional de Cirugía Plástica Estética (*ISAPS* por sus siglas en inglés), entre los principales países con altos porcentajes de cirugías estéticas se encuentran Estados Unidos, Brasil, Japón, México, Italia, Alemania, Turquía, Francia, India, Rusia, Colombia y España (ISAPS, 2019).

El mundo virtual, internet, redes sociales y los anuncios comerciales son indicadores de lo que en la sociedad se considera normal y/o moderno. En este aspecto, las redes sociales juegan un papel amplificador para que los adolescentes, jóvenes y adultos se ajusten a ciertas narrativas sexualizadas (Llovet Rodríguez, 2021). Cabe reconocer que el erotismo ha impregnado las relaciones personales y puede llegar a alcanzar el estatus de adicción conductual, aunque resulte difícil medirla válidamente. La gran mayoría de estudios sobre prevalencia de comportamiento hipersexual en el mundo virtual utilizan muestras de conveniencia para medirlo, encontrando generalmente, a pesar de las diferencias poblacionales, que muy pocos usuarios consideran este hábito como una adicción, e incluso cuando lo hacen, menos aún consideran que esto podría tener un efecto negativo en ellos.

El auge de las nuevas tecnologías ha potenciado esta tendencia, facilitando el acceso a los contenidos de tipo sexualizado al gran público y desde el anonimato. Por una parte, el estudio de Swift (2021) sobre los hábitos de sexteo de los adolescentes mostró que entre el 10% y el 25% de los adolescentes habían enviado mensajes de texto (fotos o mensajes de texto de naturaleza sexual) y entre el 15% y el 35% había recibido mensajes con este tipo de contenido. El estudio de Morelli et al. (2016) también refiere porcentajes similares: el 20% adolescentes y el 33% de los adultos jóvenes habrían enviado o publicado esta clase de contenidos. Por otra parte, los predictores epidemiológicos del comportamiento sexual problemático y el uso de pornografía comunes en estas investigaciones son, en todas las poblaciones: ser varón, edad joven, uso frecuente de internet, estados de ánimo negativos, propensión al aburrimiento sexual y búsqueda de novedades (De Alarcón, 2019; Ross, 2012 & Ballester-Arnal, 2017).

Partiendo del panorama que presentan las investigaciones generales se va a conceptualizar y profundizar sobre este problema de gran relevancia y actualidad para la salud mental, desde un marco conceptual aristotélico-tomista. Identificando los aspectos psicológicos y éticos implicados en la sexualización a nivel individual e interpersonal, se argumentará en favor de un abordaje psicoterapéutico integral del ser humano, enfocado en la promoción de hábitos virtuosos.

2. SEXUALIZACIÓN DE LAS RELACIONES PERSONALES

Las relaciones personales son expresión de la sociabilidad humana, que Aristóteles consideraba definitoria del ser humano. La sociabilidad, entonces, así considerada, no es una mera circunstancia sino una característica que constituye y orienta el despliegue vital del ser humano hacia su plenitud; pues la naturaleza (*physis*) es causa y fin del obrar (Aristóteles, 1998). Por lo tanto, cabe pensar que el modo en el que las personas se relacionan con los demás, pone de manifiesto su grado de madurez personal, es decir, su grado de perfección en la consecución del fin que les corresponde por naturaleza.

La propuesta ética aristotélica es coherente con la definición antropológica del ser humano como animal social, pues es precisamente en vida en sociedad dónde la teoría de la virtud cobra sentido (Aristóteles, 2000). La ascética mediante la que se logra la adquisición de las virtudes está orientada, precisamente, a posibilitar que la persona pueda vivir y relacionarse con los demás de la forma más perfecta. Sería erróneo plantear la ética de la virtud como un progreso individualista y solitario; incongruente con la definición social del ser humano en la que se basa la antropología del Estagirita. Tampoco sería aceptable invalidar su ética porque es ascética, pues es un aspecto que caracteriza la condición humana y que se hace evidente en todos sus logros humanos: hablar, escribir, pensar bien, etc. Así pues, las relaciones personales, especialmente la amistad, tienen una importancia capital, dado que son el medio desde el que la persona logrará su plenitud.

Este planteamiento clásico como marco de reflexión sobre la cuestión acerca de la sexualización de las relaciones personales, permite exponer ciertas consideraciones éticas y antropológicas desde las que deliberar acerca de la actualidad de este tópico, que ya despertó cierta preocupación desde hace un par de décadas (Ward,1995; Gow, 1996; Grauerholz, 1997 & Lin, 1997), como comenta Noguero (2018): “ [los autores] llamaron la atención sobre la frecuencia con que las mujeres, y muy especialmente las jóvenes, aparecían claramente erotizadas en videoclips, programas televisivos, videojuegos o letras de las canciones”.

Primeramente, la sexualización o erotización, que cabe considerar sinónimas, se refieren al modo en el que la persona se presenta ante los demás, como un atributo tanto de su lenguaje verbal como no-verbal y puede presentarse ya en edades muy tempranas. Hatton y Trautner (2011 citados en González, Rodríguez & Ventisca, 2020) argumentan esta cuestión presente en la infancia explicando que “la percepción de sexualización no está solo basada en la ropa, sino también en atributos de otra naturaleza como el estilismo de la imagen y el uso de accesorios tradicionalmente de adultos. Se confirma que es el conjunto de ítems sexualizantes lo que determina la percepción de sexualización”.

No cabe esperar a conversaciones recurrentes de temática explícitamente sexual para identificar una sexualización de las relaciones personales, sino que ya podría considerarse desde el contexto no verbal de la comunicación interpersonal

y en distintos grados de explicitud. La forma de vestir, la gestualidad y la modulación del tono de voz pueden denotar una sexualización de la comunicación interpersonal. Evidentemente, en una persona que se dirige a un gran público no existe una relación personal con cada uno de los espectadores, pero sí podría afirmarse que existe desde el espectador individual quien recibe la comunicación en primera persona.

Por primera vez en un informe oficial se empleó el concepto "sexualización de la infancia" y se estableció el mapa de causas y consecuencias de la tendencia publicitaria sexualizada (Noguero, 2018; Rush & La Nauze, 2006). Cabe considerar que es poco probable que en la infancia se busque expresamente una presentación sexualizada de uno mismo ante los demás o bien un modo sexualizado de comunicarse, sino que es más probablemente el resultado de un aprendizaje vicario. La búsqueda de atención y de aprobación por parte de los adultos es probablemente el motivo psicológico que explique estas actitudes, que permanecen con la edad y pueden trasladarse hacia la búsqueda de las formas más eficaces para captar la atención del público y ganar popularidad.

En segundo lugar, la sexualización se sitúa dentro de las competencias educativas de los adultos. De acuerdo con lo referido en diversos estudios algunos padres o tutores incentivan de alguna manera la adopción en los niños de estereotipos de belleza particulares (APA, 2007; Bailey, 2011; Starr & Ferguson, 2012; Díaz-Bustamante & Llovet-Rodríguez, 2017; Noguero, 2018). Con frecuencia este modo de presentarse y de comunicarse no es algo espontáneo en los niños y niñas, por lo tanto, sería importante la sensibilización y responsabilidad de los adultos acerca de los criterios educativos que justifican ese tipo de acciones.

Las modas y la publicidad pueden promover el atractivo de ciertos atuendos, con el fin de lograr el máximo de ventas de su producto, pero esto no exime de una deliberación por parte del potencial consumidor quien, entre otras cosas, podrá hacer una objeción moral al respecto. Cuando se trata de productos destinados a la infancia, con mayor razón serán los padres los responsables de la decisión de comprar o no comprar y, por lo tanto, quienes harán la deliberación pertinente.

Cuesta, Bilbao y Gutiérrez (2017), respecto de la adquisición de comportamientos sexualizados entre las adolescentes, comentan que entre los factores más influyentes se encuentran: "la falta de un acompañamiento adecuado y responsable por parte de sus padres o un adulto responsable en cuanto a las actividades educativas, de ocio y diversión". Por lo tanto, no es una cuestión de la que los padres puedan desentenderse, puesto que son decisivas en la formación de su personalidad.

En tercer lugar, cabe reflexionar acerca del criterio que los padres (o adultos, educadores en general) transmiten a sus hijos acerca de la sexualización, de quienes se espera que su responsabilidad educativa también incluya este ámbito. La sexualización de las relaciones personales implica un registro de comunicación interpersonal que gravita en torno a la exaltación de la sensualidad y el

placer sexual que, más o menos directamente se relaciona con esta. Entonces, todo aquello que pueda orientar y/o dirigir hacia su obtención, puede considerarse sexualizado.

A este respecto, sería necesario recordar la importancia de que los padres intenten ser conscientes de que su impacto educativo. Si no hay ningún tipo de orientación respecto de un tema, lo que se transmite es que este tema corre a cargo de lo que al educando le parezca, pero sería ingenuo pensar que no dar indicaciones al respecto no tiene ningún impacto educativo.

En cuarto lugar, la sexualización se puede considerar, de manera abstracta, desde dos perspectivas: la sexualización de las relaciones personales como un fin, o la sexualización de las relaciones personales como un medio. Esta distinción es psicológicamente relevante, pues distingue dos perfiles que deben abordarse de formas distintas.

Por un lado, la sexualización como fin implica, en cierto modo, una preferencia o búsqueda de la sexualidad en las relaciones personales, más o menos directamente orientada a alcanzar el orgasmo, o cierto grado de excitación de tipo sexual. La presentación y la comunicación por parte del emisor son claras y directas, pudiendo generar reciprocidad o rechazo en el receptor. La pornografía se desarrolla en este contexto de sexualización explícita y directa.

Por otro lado, la sexualización como medio consiste en el uso de los elementos eróticos para obtener algún otro beneficio que puede no estar directamente relacionado con el orgasmo o la excitación de tipo sexual. El emisor codifica su mensaje desde un registro sexualizado, pero el significado del mismo o la pretensión del emisor es otro.

En ambas situaciones, cabe tener en cuenta que el contexto de la sexualización es el de una situación interpersonal en la que intervienen, al menos, dos personas. En tanto que personas, cabe plantearse si en esta situación se preserva la veracidad y la libertad de quienes están implicados. Parecería exigible que como persona uno sea tratado de acuerdo con su dignidad, es decir, que se le respete y que no se le engañe y, por otro lado, que actúe con el respeto que le es propio en tanto que persona.

En el primer caso, en la actitud sexualizada como fin, parecería respetarse la veracidad porque la intención es clara y explícita, pero cabría analizar de qué manera se repercute en la libertad de las personas que reciben esta forma de comunicación y si respeta la dignidad personal tanto del emisor como del receptor de esta comunicación. La habituación a esta forma de comunicación deberá ser considerada a la luz de lo que aquello que se entienda como propio del ser humano y, por lo tanto, humanizador de sus relaciones interpersonales.

En el segundo caso, está claro que en el uso de la sexualización como medio no se está manteniendo la veracidad porque se utiliza la sexualización para obtener otro fin no explicitado. De alguna manera podría decirse que está seduciendo en-

gañosamente a la otra persona. Además, puede que la libertad del emisor no esté plenamente preservada debido a un desorden del carácter, al utilizar la sexualización como estrategia desesperada para obtener lo que desea o porque consiente voluntariamente a esta estrategia para vender el producto, priorizando el beneficio económico sobre cualquier consideración ética respecto del modo sexualizado de obtenerlo.

En el siguiente apartado se profundizarán acerca de estos dos perfiles comentados teniendo en cuenta la evidencia clínica relativa a los trastornos a la salud mental generados por la habitualidad en el uso del registro sexualizado indiscriminado en las relaciones interpersonales.

3. VISIÓN INTEGRAL DEL SER HUMANO

La sexualización que desde la infancia y adolescencia se está dando en estos últimos años, como se ha comentado, parece dificultar en gran medida el normal proceso de crecimiento personal, entendido como el desarrollo de un proyecto vital de entrega. Esto ocurre así porque la mente del niño y adolescente se va impregnando de continuas imágenes sobre lo que es él, cuáles son los modos adecuados de comportarse, qué valorar y cómo relacionarse, que no permiten expresar plenamente su naturaleza racional y libre.

Estas imágenes que se interiorizan, así como juicios, costumbres y formas de relación, dificultan que el niño o adolescente conecte con su propia interioridad, con una vida auténtica en la cual pueda verbalizar esa palabra interior que dice algo de sí mismo y del fin al que orientar su vida; por el contrario, la afectividad sensible (los estratos imaginativo-afectivos de la persona) se van desvirtuando por esas imágenes externas a él que le dificultan esa mirada interior propia de la vida virtuosa. La focalización en la apariencia, en la sensualidad y el placer sensible es, de acuerdo con los clásicos, una limitación en la maduración psíquica, que aspira a un modo de vida superior, desde el que se ordena el sensitivo-afectivo. Esta pretensión no se limita al ámbito intrapsíquico del individuo sino también a su forma de relacionarse con el mundo que le rodea y con las demás personas.

El orden en el psiquismo permite el crecimiento de las distintas facultades humanas y una sana y rica vinculación relacional tanto real como virtual, dichas vivencias externalizadoras y hedónicas virtuales tienden a generar una elevada confusión de la propia identidad y del propio sentido vital a través de la prevalencia de un modo de concebirse y relacionarse de tipo sexual-hedonista, así como la inmersión en el mundo virtual puede ser un recurso para paliar u ocultar las tristezas y frustraciones que les cuesta cada vez más manejar al no haberse enfrentado a ellas en la vida real (Weinstein, 2010).

En esta forma de desarrollo personal, además, se van interiorizando normas y modos de ser y de obrar consecuentes con este tipo de imágenes que, a su vez, ali-

mentan internamente fantasías irreales que pueden llegar a vincularse con un falso ideal a perseguir (Ballester et al., 2019). Así, más propiamente en la etapa adolescente, donde se experimentan los cambios propios de dicha etapa, la inseguridad personal incrementa exponencialmente la dependencia a la valoración externa por la necesidad de pertenencia a un grupo. Si no se ha asentado una adecuada confianza en sí mismo a través de la relación paterno-filial que permita una sana regulación emocional, el adolescente se expone a percibir cualquier información que reciba como igual de importante para medir su propio valor.

El crecimiento personal que se produciría como fruto de una sana vinculación, así como el orden interior, que permite irse conociendo y disponiendo a la entrega y a decisiones permanentes, se distorsiona. Este crecimiento se orienta, entonces, hacia una finalidad egocéntrica, una vivencia de extrañeza y desconocimiento de sí mismo y una elevada limitación o negación de lo más propio del ser humano: el pertenecerse a sí mismo y la donación de sí a los demás en libertad.

En este sentido, la sexualización en este período constituye un mayor riesgo, pues se va normalizando vincular la autoestima con la deseabilidad sexual y se vincula la seguridad con una imagen que cumpla con determinados rasgos corporales. Además, las relaciones personales corren el riesgo de darse desde una consideración del yo cosificado y de una consideración del otro como objeto de mi deseo (Castillo & Navas, 2021).

Así, lo dicho en estos últimos párrafos se observa corroborado en los múltiples estudios sobre el tema, donde se puede evidenciar cómo poco a poco el ser humano se encuentra sumergido en imágenes y emociones que le cierran el horizonte vital trascendente a su propio deseo. Esta situación le dificulta el desarrollo de una auténtica vida interior y el poder establecer verdaderas relaciones humanas. Así, por ejemplo, muchos individuos tienen dificultad para manejar las relaciones y emociones que suceden en el mundo real, sobre todo situaciones de fracaso o que los lleven a alguna experiencia de frustración en sus vivencias del día a día. Tienen a su disposición la posibilidad de acudir a la imaginación o mundos virtuales de modo compensatorio (Triviño & Salvador, 2019).

La necesidad de esos vínculos virtuales en la situación comentada es tal que diversos estudios señalan que a un elevado porcentaje de jóvenes consideran un castigo más grave la retirada del móvil o poder chatear con amigos que quitarles tiempo para ir a ver una película o salir a comer (Palley, 2012; Turner, 2015). Además, se demuestra cómo cuanto más aumenta el tiempo de fomento de la relación virtual más disminuye el tiempo dedicado a la relación cara a cara (Riva et al., 2012). En este tipo de situaciones se hace patente una progresiva dificultad para abrirse al otro, que en el ámbito de la sexualidad también se observa. El deseo sexual, que desde la normalidad impulsa al ser humano al encuentro con el otro, se desvirtúa en una búsqueda del propio placer y de sentirse querido o reconocido (Ballester et al, 2019; Ferguson & Hartley, 2009; Velasco & Hermann, 2014).

Los datos de los estudios analizados constatan las consecuencias perjudiciales que tienen estas vivencias emocionales en las personas, alterando y dinamitando el sentido de su propia existencia. El autodominio personal depende del modo en el que una persona aprende a valorarse a sí misma, así como del autoconocimiento que posee en base a una estructuración realista de sus objetivos vitales. Es más, el problema esencial de la persona con falta de autodominio tiene sus raíces más profundas en en que se ha desarrollado una dificultad aptitudinal para lo trascendente, todo aquello que vaya más allá de lo inmediato y placentero. Por este motivo, es fundamental la regulación emocional por parte de la templanza y la fortaleza. En la adquisición de estas virtudes será posible un desarrollo personal que se oriente y comprometa con un ideal, concretado en proyecto vital adecuado. La fortaleza y la templanza serán hábitos clave para poder para tomar las riendas de la propia vida, es decir, para ordenar los afectos hacia la consecución de lo que entiende que le va a hacer feliz y quiere para su vida.

El redescubrimiento de la virtud realizado en las últimas décadas en diversos campos del saber ha llevado a autores como Fromm y Erikson a usar la noción de virtud dentro de la descripción de una personalidad madura. Más recientemente, se ha generado un cuerpo de investigación dentro de la Psicología Positiva donde el tema de la virtud se ha situado como tema centrar para desarrollar de modo pleno la personalidad (Seligman, 2013; Peterson & Seligman, 2004; Echavarría, 2016). De esta manera, y en diversas líneas, los conceptos de virtud y salud mental se han ido aproximando.

Lo que se considera desde una psicología aristotélico-tomista es que las emociones son fuerzas vitales que deben ser reguladas, canalizadas, integradas al servicio del bien, de la verdad y la belleza para mayor felicidad del hombre. El temperamento con el que cada uno ha nacido tiene muchísima importancia para nuestra vida personal, pero no constituye todo el ser humano. Esta disposición innata es, ante todo, fuerza que, dirigida desde la racionalidad, posibilita la interiorización de criterios y verdades a los que aspirar, orientando la configuración de la personalidad (Arnold, 1960; Arthor, 2021; Echavarría, 2013; Echavarría, 2018; Marchesini, 2012; Parenti, 2017; Vitz, 2005; Vitz et al., 2020).

Esto nos ayuda a entender al hombre desde lo que puede llegar a ser si se da cuenta de todo su potencial. Así, la virtud es la excelencia de las capacidades humanas tomadas en todo su potencial, pero con consciencia de la propia debilidad y vulnerabilidad. Por ello, deberán ser cultivadas desde el trabajo relacional en la familia, las amistades, la comunidad, etc. Desde el punto de vista psicoterapéutico, este planteamiento permite identificar cuáles los factores más relevantes en la prevención y recuperación de la salud psíquica del paciente.

Tratar de salud mental es partir de la comprensión de que la salud plena del hombre no se puede entender sin integrar todas las dimensiones humanas y, por tanto, sin contemplar el pleno desarrollo del hombre por la virtud. Esto nos lleva a entender, de algún modo, la salud mental no como la ausencia de trastornos

mentales, o ausencia de malestar o ausencia de emociones negativas, sino como “crecimiento vital”. Se parte de la convicción de que el ser humano llegará a su plenitud en la realización de su aspiración de alcanzar un Ideal, que orienta sus pensamientos, afectos y acciones. El progreso en esta realización configurará una personalidad firme, que permitirá un verdadero crecimiento personal y le ayudará a prevenir y luchar contra la inseguridad que genera la falta de criterios y de un fin.

Teniendo en cuenta la unidad del ser humano, cabe entender que la estructura y la dinámica psíquica pueda ser comprendida desde el estudio del desarrollo de la personalidad en su totalidad. Desde esta línea, la afectividad y más en concreto las emociones permiten manifestar la vitalidad y peculiaridad de nuestra interioridad y dar fuerza a nuestros actos.

4. VIRTUD Y PSICOTERAPIA

El crecimiento personal se hace posible a través de la experiencia de amor que el hijo recibe en el seno de la familia, pues permite asentar la base de seguridad y confianza. A su vez, esta base va a promover una memoria afectiva que enriquece su interioridad, estructura de forma coherente el propio yo y dispone al niño y al adolescente a identificarse con unos ideales de vida deseables y posibles. A estos podrá acudir con confianza para afrontar y orientarse ante las distintas situaciones que le plantee la vida (López et al., 1999; Palet, 2000). En el trabajo terapéutico tanto de prevención como de intervención, también la mirada del terapeuta sobre el paciente como un ser digno de ser amado es esencial en su desarrollo. Esta es indispensable para poder trabajar una primera dificultad, la falta de confianza en la propia valía y en los demás (Vitz et al., 2020).

En la práctica clínica es habitual encontrarse con pacientes que insisten en el autodesprecio, disfrazado en múltiples ocasiones de un elevado egocentrismo. En él se entremezclan inseguridades y actitudes relacionales egocéntricas que, en estos casos, se manifiestan a través de la hipersexualización y que, a su vez, alteran la mayoría de ámbitos vitales.

En primer lugar, genera una distorsión de las relaciones interpersonales, cuya finalidad no es el amor al otro por el otro, sino en cuanto proporciona alguna sensación satisfactoria, tanto en el plano de satisfacción sexual como en el sentimiento de poder o en el sentirse deseado-amado al ser atendido y valorado de ese modo.

En segundo lugar, afecta a la toma de decisiones en los ámbitos asociados a las responsabilidades ordinarias de la etapa en la que se encuentran. En la mayoría de casos, aunque no lo perciban, las personas en esta situación tienen una clara desorientación existencial y vocacional. Se detecta una ausencia de vida interior y autoconocimiento.

En tercer lugar, se hace presente en estas personas una elevada dificultad de regulación emocional, con manifiesta debilidad, baja tolerancia a la frustración y labilidad a la hora de mantenerse estable frente a los retos a largo plazo.

En la presente reflexión no se pretende introducir pasos a nivel terapéutico centrados en disminuir la adicción, pues ya hay muchos y muy útiles (Chiclana, 2015; Ghazanfarpour et al., 2020; Kleponis, 2019) sino poder reflexionar sobre la importancia de que, si queremos que los jóvenes resistan a determinados impulsos, además de la formación crítica y la capacidad de autocontrol y paciencia (o continencia), se necesita un trabajo integral que pueda permitir tener esperanza respecto al propio crecimiento. En este contexto, situamos aspectos psicoterapéuticos fundamentales que se requieren en estas situaciones, aunque algunos de ellos son imprescindibles para cualquier paciente.

Teniendo en cuenta los retos planteados, cabe considerar que, en el proceso terapéutico, uno de los pasos fundamentales para disponer a que el paciente acepte su lucha es el ejercicio de la virtud de la humildad, como virtud que le va a permitir aceptar su responsabilidad. La adquisición de esta virtud será parte activa en el camino de crecimiento, así como para aceptar la vulnerabilidad en la que se encuentra en el momento presente. Tal como señala Elisabeth Lukas: "Nadie es víctima exclusivamente de sus circunstancias (exceptuando a los niños y a los que padecen enfermedades cerebrales orgánicas). Todos configuramos activamente nuestras circunstancias, aunque naturalmente también podemos hacerlo para caer víctimas de ellas" (Lukas, 2005).

La humildad permite al paciente poder ser consciente, a través de la relación terapéutica, de la dificultad que conlleva su avance; además, le permite tomar conciencia de su propia debilidad sin autoengaño ni un exagerado menosprecio victimista. La humildad posibilita una conciencia de la propia dignidad, pues la humildad es fundamental "para que uno se refrene a sí mismo para no desear lo que es superior a él" (Tomás de Aquino, II-II, q. 161, a. 1, in c.).

Además, la humildad es la virtud que permite abrirse a la confianza y a la motivación hacia el cambio en cuanto en la medida en que los seres humanos no son ni su propio creador ni plenamente autosuficientes. Necesitan la ayuda de otros, humanos y divinos, y deben depositar su confianza en ellos. "Los recursos para esta confiada esperanza de triunfo consisten (1) en reconocer la dimensión real de nuestras fuerzas y recursos, (2) observar la capacidad de los amigos para ayudarnos y otras fuentes de ayuda, y (3) creer en las promesas de la asistencia divina" (Titus, 2006).

El reconocimiento agradecido de lo que uno es y posee, el ejercicio del agradecimiento es un primer prerrequisito para adquirir la virtud de la humildad. Humildad y agradecimiento van a permitir reorientar el tipo de relaciones que el paciente establece, tanto consigo mismo como con los demás, actuando más consecuentemente con el reconocimiento de la dignidad de las otras personas. Tendrá más paciencia en la vivencia de la propia lucha, y también discernirá mejor el grado de ayuda que debe pedir. Gracias a la humildad y el agradecimiento el paciente puede empezar a

cuidar sus acciones, modos relacionales y pensamientos y emociones en vistas a no querer mostrar que es mejor que los demás, sino que posee la misma dignidad y que, es más a través de sus palabras y obras que puede mostrar y expresar su modo de ser.

El segundo prerrequisito necesario para facilitar el diálogo interior se sitúa en la parte relacional. Consiste en la conquista honesta y paulatina de la confianza del paciente a través de la verdad, sin manipulaciones y falsas esperanzas; la confianza entendida como parte de la magnanimidad (Tomás de Aquino, II-II, q.129, a. 6, in c.). Por esta confianza, el individuo tiene esperanza de que puede sanar, puede crecer, pues cree en las palabras de aquél que le ofrece ayuda. Una confianza, por tanto, que se fundamenta en una opinión vehemente acerca del bien que se ha de alcanzar.

La confianza se consigue a través de múltiples aspectos de la psicoterapia, que manifiestan al paciente que el psicoterapeuta le reconoce en su dignidad y reconoce la seriedad e importancia del trabajo que se está realizando. En la relación que se establece entre el terapeuta y el paciente, la seriedad de trato y respecto a las promesas y tareas a las que se compromete cada uno, el modo en el que el terapeuta se dirige al paciente, lo mira, lo considera, le aconseja y ayuda, fomentan en el paciente la vivencia de una relación muy distinta a las que está acostumbrado. En este punto, el trabajo de reelaboración del vínculo es fundamental para ayudar al paciente a comenzar a regular las emociones que internamente aparecen asociadas a ese tipo de vinculación y percibir, fuera de su distorsión, la realidad de sí mismo y de los otros.

En este proceso pueden aparecer poco a poco sentimientos que, en el paciente, son difíciles de vivir y que, gracias a la relación terapéutica, puede poco a poco sentirse capaz de soportar. Nos referimos al sentimiento de la vergüenza, por ejemplo, la cual previamente por este tipo de adicciones ha experimentado de modo desordenado y distorsionado (incluso ha ocultado porque no la puede soportar). Sin embargo, en santo Tomás, la honestidad y la vergüenza son partes o condiciones necesarias para que la templanza se origine (II-II, q. 145, a. 2, in c.); virtud que, en estos modos, está muy dificultada.

La vergüenza, entendida como temor a lo torpe o indigno, permite llevar al paciente a la adquisición de la virtud de la honestidad. Esta solo se manifestará ordenadamente si hay una relación de confianza, en la cual el paciente es tratado con respeto y decencia. Para procurarlo, el terapeuta animará al paciente a comenzar para tratarse a sí mismo y a los demás del mismo modo. Además, insistirá en el cuidado del resto de acciones que el paciente realice, orientando a que estas se realicen con el cuidado de la trascendencia y dignidad "que todo acto humano implica" (Palet, 2007).

5. CONCLUSIONES

La sexualización de las relaciones personales es un hecho que ha sido suficientemente evidenciado, como demuestran los estudios citados. Respecto de los

factores que han favorecido esta tendencia, que se extiende progresivamente en la cultura actual, cabe destacar la instrumentalización de la sexualidad y la concepción sensualista de la felicidad humana.

La inmersión en el mundo digital facilita las relaciones personales, pero puede ser una forma de evitar el afrontamiento de tristezas y frustraciones en la vida real del usuario. La ocultación del problema no resuelve, con lo cual cabe tomar conciencia de que la persona está posponiendo un potencial crecimiento personal en el afrontamiento y superación de sus tristezas y frustraciones. Esta situación puede hacer más nocivo su uso de las redes sociales, pues le satisfacen a modo de compensación, y eso incrementa las posibilidades de tener un consumo adictivo de estas.

La digitalización de las relaciones sociales ha facilitado la difusión de la sexualización y ha potenciado su instrumentalización, que se correlaciona con el aumento de ciertas patologías mentales y conductuales. La vinculación de la autoestima con la deseabilidad sexual implica una concepción superficial, sensual, acerca del valor de uno mismo que tiene diversas manifestaciones psicopatológicas, como: la insatisfacción vital, la cosificación de las personas, la mercantilización del propio cuerpo y un consumo egocéntrico y hedonista de las relaciones personales. Orienta a la persona hacia la consecución de un falso ideal, es decir, un proyecto personal que desenfoca la felicidad humana y su expresión en un proyecto vital de entrega. La adquisición de las virtudes, es decir la ordenación de la afectividad es necesaria para tener una mirada interior profunda que, desde la humildad por las debilidades propias, sea capaz de comprometerse con el despliegue de sus potencialidades como persona humana.

El crecimiento personal es posible desde la experiencia del amor, que dispone a la persona de una memoria afectiva desde la que se estructura su yo y se identifica con un ideal hacia el que orientar su vida. Actualmente es frecuente la desorientación existencial y vocacional, consecuencia de una ausencia de vida interior y de autoconocimiento, que puede manifestarse en forma de autodesprecio, pero que en realidad es de debido a un egocentrismo que distorsiona el juicio acerca de sí mismo.

El victimismo sería también consecuencia del egocentrismo, desde el que no se aceptan las debilidades propias y se tiene una baja tolerancia a la frustración. La humildad es la virtud que el terapeuta deberá proponer en estos casos, para que el paciente acepte que no es autosuficiente y para que confíe en la esperanza de mejorar que le trasmite el terapeuta. La labor comprometida y honesta del terapeuta, que da importancia a las inquietudes que el paciente le comunica, facilitará la confianza que, a su vez, posibilitará que el paciente reconozca sentimientos de vergüenza, condición para la adquisición de la templanza. La deficiente regulación emocional del paciente podrá tornarse en una progresiva adquisición del hábito de la templanza, que le alargará su perspectiva vital más allá de los placeres inmediatos y le capacitará para tratar a las personas como fines, no como medios para satisfacer su interés egoísta.

La fortaleza, junto con la templanza, significará no solo una moderación respecto de los deseos y tristezas, sino una tolerancia paciente con las dificultades de la vida y una actitud esperanzada respecto de los fines que se pretenden conseguir. El terapeuta, en este sentido, ejercerá una labor educativa hacia el paciente, promocionando en él estos hábitos morales. La afirmación del valor del paciente, así como la confianza esperanzada en sus posibilidades de mejora serán fundamentales para que esta labor sea fructífera. El proyecto vocacional, entonces, podrá hacer feliz a la persona, pues, a pesar de las dificultades y renuncias que conlleve, podrá satisfacer sus aspiraciones más altas.

REFERENCIAS

American Psychological Association, Task Force on the Sexualization of Girls. (2007a). *Report of the APA Task Force on the Sexualization of Girls. Executive Summary*. Washington, DC: Author. Disponible en: https://www.apa.org/pi/women/programs/girls/report-summary.pdf

American Psychological Association, Task Force on the Sexualization of Girls. (2007b). *Report of the APA Task Force on the Sexualization of Girls*. Washington, DC: Author. Disponible en: https://www.apa.org/pi/women/programs/girls/report-full.pdf

Arthur, J. (2021). *A Christian Education in the Virtues: Character Formation and Human Flourishing*. Routledge.

Bailey, R. (2011). *Letting children be children: Report of an independent review of the commercialisation and sexualisation of childhood*. The Stationery Office.

Ballester-Arnal, R., Castro Calvo, J., Gil-Llario, M. D., & Gil-Julia, B. (2017). Cybersex Addiction: A Study on Spanish College Students. *Journal of sex & marital therapy*, 43(6), 567–585. https://doi.org/10.1080/0092623X.2016.1208700.

Ballester, L., Orte, C., & Pozo, R. (2019). Nueva pornografía y cambios en las relaciones interpersonales de adolescentes y jóvenes. *Vulnerabilidad y resistencia: experiencias investigadoras en comercio sexual y prostitución*. Edicions de la Universitat de les Illes Balears. 249-284.

Castillo Gaona, C. M., & Navas Chato, B. L. (2021). *Comportamientos y actitudes de la erotización temprana en estudiantes de educación general básica superior y bachillerato general unificado de la Unidad Educativa Particular "San Fernando" de la ciudad de Quito, en el periodo lectivo 2020–2021*. Bachelor's thesis. Quito: UCE.

Chiclana, C. (2013). *Atrapados en el sexo*. Almuzara.

Cuesta M. Y., Bilbao H. V. & Gutiérrez F. Y. (2017). *Sexualización, adolescencia y familia. Doctoral dissertation*. Corporación Universitaria Minuto de Dios.

Consell de l'Audiovisual de Catalunya (2019). INFORME 20/2019. Àrea de Continguts. Anàlisi de la recontextualització, amb voluntat sexualitzadora, de continguts protagonitzats per persones menors d'edat a internet. https://www.cac.cat/sites/default/files/Informe%2020_2019.pdf

De Alarcón, R., De la Iglesia, J. I., Casado, N. M., & Montejo, A. L. (2019). Online Porn Addiction: What We Know and What We Don't - A Systematic Review. J*ournal of clinical medicine,* 8(1), 91. https://doi.org/10.3390/jcm8010091

Díaz-Bustamante, M., & Llovet-Rodríguez, C. (2017). ¿Empoderamiento o empobrecimiento de la infancia desde las redes sociales? Percepciones de las imágenes de niñas sexualizadas en Instagram. *El profesional de la información*, 26(1), 77-87. https://doi.org/10.3145/epi.2017.ene.08

Ferguson, C. J. & Hartley, R. D. (2009). The pleasure is momentary… the expense damnable?: The influence of pornography on rape and sexual assault. *Aggression and Violent Behavior*, 14(5), 323-329.

Ghazanfarpour, M., Babakhanian, M., Keshtkar, A., & Kiani, M. (2020). A systematic review and meta-analysis of three clinical trials with Acceptance and Commitment Therapy for problematic pornography use. *Alcoholism and Drug Addiction/ Alkoholizm i Narkomania*, *33*(3), 275-282.

González, M. J., Rodríguez, C. L., & Ventisca, M. D. (2020). Jóvenes comunicadores y sexualización infantil: Diferencias de género ante la sexualización de las niñas en las revistas de moda. *RES. Revista Española de Sociología*, 29(3), 137-154.

Gow, J. (1996): Reconsidering gender roles on MTV: Depictions in the most popular music videos of the early 1990s. *Communication Reports*, 9, 151-161.

Grauerholz, E. & King, A. (1997). Primetime sexual harassment, *Violence Against Women*, 3, 129-148.

Lin, C. (1997). Beefcake versus cheesecake in the 1990s: Sexist portrayals of both genders in television commercials. *Howard Journal of Communications*, 8, 237-249.

Kleponis, P. C. (2019). *Integrity Restored: Helping Catholic Families Win the Battle Against Pornography (Revised and Expanded Edition)*. Emmaus Road Publishing.

López, F., Etxebarria, I., Fuentes, M. J., & Ortiz, M. J. (Eds.). (1999). *Desarrollo afectivo y social*. Pirámide

Lukas, E. (2005). *Libertad e identidad: logoterapia y problemas de adicción* (Vol. 219). Grupo Planeta (GBS).

Llovet R. C., Carcelén G. S. & Díaz-Bustamante Ventisca, M. (2021). Sexualización infantil en Internet: percepciones de las menores sobre imágenes digitales. *Icono 14*, 19(2), 339-363. https://doi.org/10.7195/ri14.v19i2.1563

Mikulincer, M. & Shaver, P. R. (2007). *Attachment in adulthood*. The Gildford Press.

Morelli, M., Bianchi, D., Baiocco, R., Pezzuti, L., & Chirumbolo, A. (2016). Sexting, psychological distress and dating violence among adolescents and young adults. *Psicothema*, 28(2), 137–142. https://doi.org/10.7334/psicothema2015.193

Noguero, A. M. (2018). La representación del menor en la publicidad infantil. De la inocencia a la sexualización. *Methaodos. Revista de Ciencias Sociales*, 6(1).

Palet, M. (2007). *La educación de las virtudes en la familia*. Scire.

Palet, M. (2000). *La familia, educadora del ser humano*. Scire.

Palley, W. (2012). *Gen Z: Digital in their DNA*. Thompson. Disponible en: http://www.jwtintelligence.com/wpcontent/uploads/2012/04/F_INTERNAL_Gen_Z_0418122.pdf

Riva, G., Banos, R. M., Botella, C., Wiederhold, B. K., & Gaggioli, A. (2012). Positive technology: Using interactive technologies to promote positive functioning. *Cyberpsychology, Behavior & Social Networking*, 15(2), 69-77. doi:10.1089/cyber.2011.0139.

Ross, M. W., Månsson, S. A., & Daneback, K. (2012). Prevalence, severity, and correlates of problematic sexual Internet use in Swedish men and women. *Archives of sexual behavior*, 41(2), 459–466. https://doi.org/10.1007/s10508-011-9762-0

Rush, E., & La Nauze, A. (2006). *Corporate paedophilia: Sexualisation of children in Australia*. Australia Institute.

Starr, C. R., & Ferguson, G. M. (2012). Sexy dolls, sexy grade-schoolers? Media & maternal influences on young girls' self-sexualization. *Sex Roles*, 67(7-8), 463-476.

Swift J. & Gould H. (2021). *Not An Object: On Sexualization and Exploitation of Women and Girls*. UNICEF USA. Disponible en: https://www.unicefusa.org/stories/not-object-sexualization-and-exploitation-women-and-girls/30366

Titus, C. S. (2006). *Resilience and the virtue of fortitude: Aquinas in dialogue with the psychosocial sciences*. CUA Press.

Triviño B. M. & Salvador B. J. (2019). La Pornografía y su incidencia en el desarrollo psicosexual de adolescentes. *Revista digital "Uniandes Episteme"*, 246-260.

Turner, A. (2015). Generation Z: Technology and social interest. *The journal of individual Psychology*, *71*(2), 103-113.

Velasco, A. & Hermann O. (2014). Pornografía y erotismo. Reflexiones filosóficas sobre el sujeto de deseo en la era digital. *Paakat: Revista de Tecnología y Sociedad,* 7. Disponible en: https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=499051556001

Vitz, P. C., Nordling, W. J., & Titus, C. S. (Eds.). (2020). *A Catholic Christian Meta-model of the Person: Integration of Psychology and Mental Health Practice*. Divine Mercy University Press. Institute for the Psychological Sciences Incorporated.

Ward, L. M. (1995). Talking about sex: Common themes about sexuality in the prime-time television programs children and adolescents view most, *Journal of Youth & Adolescence*, 24, 595-615.

Weinstein, A. (2010). Computer and video game addiction: A comparison between game users and non-game users. *American Journal of Drug & Alcohol Abuse*, 36(5), 268-276. https://doi.org/10.3109/00952990.2010.491879

CAPÍTULO 13

SEX DIFFERENCES IN THE VIRTUES AND VICES RELATED TO TEMPERANCE: CHASTITY, MODESTY, AND PORNOGRAPHY-USE[1]

Craig Steven Titus
cstitus@divinemercy.edu
Divine Mercy University, Sterling, Virginia, USA

This paper examines how men and women express both common and different characteristics in the development of temperance. In a Christian virtue theory, temperance, in general, involves the virtues that master the whole range of emotional love and hate, desire and disgust, and pleasure and pain. A sample of the virtues associated with temperance and these emotions includes self-regulation (concerning desire for food and mind-altering substances, behaviors, or processes, including gambling and shopping), humility (regarding praise), modesty (concerning attraction and being attractive), and clemency (regarding retribution). Temperance also involves excesses related to these emotions.

There is another part of temperance, of course, which is associated with sex[2]. It is the focus of this paper, which examines both the common and the different characteristics concerning sexual attraction and desire between men and women.

[1] A previous version of this paper was presented at a conference honoring Servais Pinckaers. The paper was entitled «Disordered Visions of Love: Pornography in the Light of Sex Differences.» I would like to thank Anne Needham and Angel Winter for their assistance in preparing the manuscript.

[2] Aquinas' (1273/1981) treatment of the cardinal virtue of temperance and its parts is found the *Summa Theologiae*, II-II, questions 141 to 169. Aristotle (350 BC/1941) addresses

The thesis of the paper has two parts. First, the thesis affirms that there are common characteristics between men and women including a capacity and desire for sex-related temperance or at least a desire for some control over one's sexual desires and pleasures. These commonalities are founded in the inclination and desire for chastity (purity over lust), modesty (control over immodesty), as well as fidelity (commitment over infidelity), or at least some degree of these virtues.

Second, in addition to these common capacities for virtues, the thesis affirms that there are also ways that men and women tend to experience sexual attraction differently: sometimes in complementary ways that are virtuous; and sometimes in disordered ways. For instance, there is evidence that men and women may act unchastely for different reasons. The paper explores such differences found in the examples of pornography-use, lust, and immodesty.

The paper's perspective and methodology employ a classic Christian, Aristotelian, Thomistic, philosophical, and theological framework (much of which is assumed for the sake of brevity)[3] and an engagement with the sciences, including the psychological sciences, as well as neurosciences (much of which is also assumed for the sake of brevity)[4].

Aquinas and other Catholic Christian thinkers, such as Augustine, Karol Wojtyła (John Paul II), Servais Pinckaers, Mary Prudence Allen, and Paul Vitz, provide theological and philosophical principles and reflections on the intra- and interpersonal dimensions of the goodness of male-female sexual attraction, especially in the context of promoting the stability of committed relationships. This attraction between men and women serves in the promotion of committed courtship and lifelong faithful marriage. In this paper, these principles are applied to understanding the disordered sexual attraction found in pornography-use, lust (voyeurism), and immodesty (exhibitionism). This paper also utilizes psychosocial studies to inform its understanding of human flourishing and languishing in such virtues and vices related to temperance.

There are three sections to this paper. Section 1 addresses how both chastity and lust (ordered sexual attraction and disordered curiosity) tend to have a common ground in both men and in women. However, the distortions of intemperance tend also to be experienced differently by men and women. The paper explicates how men and women suffer the effects of distorted interpersonal love and distorted sexual attraction differently in their efforts to overcome unchastity, lust, and immodesty to acquire chastity, purity, and modesty.

---

the moral virtue of temperance in his *Nicomachean Ethics*, Book III, chapters 10-12 (1117b24-1119b19).

[3] For related treatments of metaphysics, a philosophy of nature, and psychotherapy, see Ashley, 2006 & 2013; Wallace, 1996.

[4] For a fuller explication of the engagement between psychology, philosophy, and theology, see Vitz et al., 2020.

Section 2 explicitly examines pornography-use by men and women. It draws observations from neuroscience, from a philosophical understanding of personal freedom, and from interpersonal influences in moral and spiritual character development.

First, it documents how *men* tend to need chastity more to resist being tempted (a) to lust for the sexual pleasures found in viewing pornography and (b) to seek pleasure by objectifying people even at the expense of compromising interpersonal relations and intimacy.

Second, it documents how *women* tend to need chastity more to resist being tempted (a) to lust for the sexual enjoyment of the emotional attention, the intimate relationships, and the social glamour found in narrative pornography and (b) to experience pleasure by talking to others about intimacy.

Finally, section 3, addresses the lustful behavior, attention-seeking, and immodesty that are manifest in voyeurism (lustful behavior) and exhibitionism (disordered sexual attention-seeking behavior). It explores how men and women might experience these behaviors differently within the same positive call to self-giving interpersonal love and attachment.

1. SEXUAL ATTRACTION AND SEXUAL CURIOSITY

The paper addresses first what is common, then what is distinct between men and women regarding ordered sexual attraction and disordered sexual curiosity. What is common to men and women?

A Catholic Christian anthropological and ethical perspective recognizes that from the beginning God intended that there be rightly ordered—loving, committed, and just—sexual relationships between men and women. God intended that their sexual acts be in conformity to reason and human nature (natural moral law) and to the interpersonal nature and vocation of the person and family (Mt 19:26; Aquinas, 1273/1981, II-II, 153.2; I-II, 94.2; John Paul II, 2006). There was an intended rightly ordered, spousal sexual attraction between Adam and Eve. In the state of original innocence and original justice, their nakedness did not trouble them (Gn 2:24; Aquinas, 1273/1981 I, 98.2; John Paul II, 2006). Since the loss of the original state of grace, however, even though there is residual disorder in human sexual desire (concupiscence), the sexual inclination and sexual urge to married union (one man and one woman) and to family are good and are fulfilled through interpersonal relationships. This sexual anthropology is affirmed by scripture (Gn 1-2 & Mt 19:26), Aquinas (1273/1981, I-II, 94.2), and John Paul II (2006).

However, the Catholic tradition has grappled with how best to explain that the intimacy of sacramental marriage and the conjugal act between male and female spouses are good. Married attraction and sex between spouses, in

particular, requires proper attention to the sacrament of marriage's synergistic complementarity of husband and wife (Allen 2006: Petri, 2016).

St. Augustine's «three goods» of marriage became classic in the Catholic tradition, in this regard[5]. His mature position is based on the teaching of Genesis (Chs. 1-2) and the teaching of Christ (especially, Mt 19:4-6 and 19:26) about God's original intention for marriage and for sexual attraction, which should be recognized as good, even though we need to overcome the disordered influences of the effects of original sin (Gn 3) as well as social and personal disordering.

What is distinct between men and women? Of course, males and females have an equal basic dignity and worth: that of all humans. They all have a common, normative human nature[6]. However, there are also differences and complementarity at biopsychosocial and spiritual levels[7]. There is a common natural inclination toward rightly ordered sexual attraction, which can be defined as the just ordering of man to woman and woman to man that give a synergistic complementarity. Nonetheless, this common inclination needs to be developed and healed according to the calling of each person and vocation. Without reductionism or biologism, there is a need to integrate inclinations, perceptions, imagination, and emotions through the intelligent and willed effort of the virtues of chastity, modesty, and continence. Guided by the virtues of charity and justice, all people are called to grow and mature according to their own vocations as single, married, consecrated, or ordained (*Catechism of the Catholic Church* [*CCC*], 2000, §§2514–15).

1.1. Acquiring Mature Sexual Attraction Versus Sexual Curiosity

In this Christian, developmental, normative, goal-driven (teleological) perspective, humans naturally experience sexual attraction, bonding, and

[5] St. Augustine's position is found in *De bono conjugali,* 1.1 and 24.32; and in *De Genesi ad litteram*, 9.7.12, which is cited repeatedly in the tradition, for example in Pius XI's *Casti connubii* (1930, §10). See Augustine, 1955, 3–54. See also Augustine, 1994. See also International Theological Commission, 2004.

[6] This equality is affirmed because man and woman are both created in the image of God (Gn 1:27–28). In the perspective of salvation in Christ, there is neither male nor female (Gal 3:28).

[7] Discussion of neurobiological commonality and differences can be found in the works of Bachiochi, 2013, p. 150-71; Brizendine, 2006 & 2010. Regarding interpersonal differences and complementarity, Edith Stein argues that by nature and grace men and women have separate vocations. The sameness, difference, and complementarity of man and woman can be seen in an analogy with two hands. She wrote: «One can think of a mirror in which man is able to look upon his own nature … But one can also think of a counterpart, a pendant, so that, indeed, they do resemble each other, yet not entirely, but rather, that they complement each other as one hand does the other» (Stein, 1996, p. 61). Mary Prudence Allen (2006) also makes a philosophical and theological case for the complementarity of men and women in «Man-woman complementarity: The Catholic inspiration. Logos: A Journal of Catholic Thought and Culture 9(3), 87–108.»

intimacy. However, diverse experiences of family and the environment lead to different personal dispositions. The sex-related capacities develop out of the natural inclination to spousal love, sexual intercourse, and the education of offspring in family life, which is a foundation of natural moral law (Aquinas, 1273/1981, I-II, 94.2). To develop in an ordered way, these capacities require the communion of persons—the vocation-based experience of spouses, families, friends, and communities—to help the natural inclinations to become sexual virtues. For instance, the translation of the natural inclination to family life into the virtues of chastity and modesty requires individual effort and social support. Such virtues in tandem with vocation-based relationships aim at flourishing interpersonal relationships among husband and wife, fiancés, in courtship, among friends, and so on.

In contrast, people may also form dispositions of disordered sexual curiosity that distort sexual attraction and bonding through disordered cognitions, choices, emotions, fantasies, attachments, and relationships (Aquinas, 1273/1981, II-II, 167.2; Zagzebski, 2017). Distorted visions and acts of love deform the agent's dispositions and character, leading to the vice of lust and to unchaste behaviors and intimacy, including sexual compulsions and addictions (Dunnington, 2010; Grubbs et al., 2018).

Lustful interior acts are intrinsically disordered, even when they do not lead to unchaste behaviors or distorted intimacy. They are a significant internal step toward sexual immorality, compulsion, and addiction, even when the person is not honest with himself or others about the extent of his lustful fantasies (Giertych, 2015). Acts of lust isolate sexual desire from its unitive and procreative ends (*CCC*, 2000, §2351). Disordered attraction and sexual curiosity negatively influence free moral choices that lead to rationalizing lust. For instance, memory, fantasy (imagination), and emotion are engaged while rationalizing that the distortions promoted by pornography-use do not harm oneself or one's relationships (Cessario, 2013).

Furthermore, according to Wojtyła (2012), choices to objectify another person ingrain disordered sexual curiosity in dispositions. Objectification involves lusting after a person as merely a source of sexual pleasure experienced through physical contact and sight or through emotional intimacy and fantasy. Such pleasure accompanies sexual vices, with their neurological rewards of dopamine. The reduction of a person to being a source of sexual pleasure is what Aquinas identifies as the vice of lust, although «lust» is also applied to other extreme pleasures (Aquinas, 1273/1981, II-II, 153-154; 24.10).

This observation deepens the explanation of how we acquire lust. There are the common characteristics shared by men and women, of experiencing the sexual pleasure of lust both in the physical pleasure of sight and touch and in the emotional pleasure of intimacy (Peplau, 2003). However, there are also the differences in the ways that men and women tend to pursue physical and emotional pleasures.

The process of resisting lust, by developing the virtues of chastity and modesty, requires more than simple knowledge of the precepts of natural moral law or the Decalogue. For the Christian, according to Wojtyła (2012), resisting lust involves a discipleship with Christ. It requires a self-gift in purity according to one's vocation, as in marriage and family, which are promoted through bonding, intimacy, reason, and choosing the good of the persons involved. Of course, such transformative knowledge and love come through human, rational participation in divine eternal law (that is, through natural moral law)[8]. This tangent of wisdom and charity transform individuals, spouses, families, friends, and communities through chastity and modesty.

1.2. Reasons for Unchaste Sexual Curiosity and Behavior

For the purpose of this paper, I define lust as the intemperate sexual curiosity that may be the occasion for boys and girls, men and women, to seek pleasure by objectifying another person, by any of the following means: separating beauty or handsomeness from the person, focusing on parts of the body instead of entering into relationship with the person, turning natural attraction to unchaste curiosity, or seeking intimacy in unhealthy ways when feeling lonely. Lust is expressed in incontinence and unchastity, when moving from distorted curiosity and fascination to erotic pre- and extra-marital behavior (Wojtyła, 2012).

In both cases—the imagined and the performed—men and women, for different reasons, may: engage in sexual curiosity that is seriously disordered, enact unchaste behaviors, or turn to distorted emotional intimacy. This disordered love (lust) may be sought before marriage, in marriage, and outside of marriage.

A neurological basis for pleasure and bonding is found in the release of dopamine, endorphins, and oxytocin (Brizendine, 2006 & 2010; Doidge, 2007 & 2010; Zak, 2012). Neuroscience identify the types of situation in which these hormones are released, for example, (a) in the experience of seeing someone or imaging them in erotic circumstances (vision and memory), (b) in telling, hearing, or reading an account of erotic action (narrative imagination), (c) in feeling sexual sentiment or emotional intimacy from such sights or accounts (emotion), and (d) when experiencing another person or one's own body (physical contact/touch).

[8] Transformative knowledge and love come also through the divine revelation and apostolic authority (Scriptures and the teaching Magisterium of the Church), and the gift of the Holy Spirit. For instance, Christ, in the Sermon on the Mount, proscribes lusting for a person merely as an object of sexual desire, which is a type of adultery. In the Gospel of Matthew, he says: «you shall not covet your neighbor's wife, or his manservant, or his maidservant» (Mt 5:28; see also Ex 20:17; *Catechism of the Catholic Church*, §2336, §2380). Of course, he condemns adultery itself as well, saying: «You shall not commit adultery» (Mt 5:27; see also Ex 20:14; Jn 8:3–11). Christ also promotes purity of heart as a safeguard against lust and a preparation for seeing God (Mt 5:8).

How do such basically good capacities become immoral behavior?

Men. For example, men's innate attraction to the physical beauty of women (which is good) can easily become disordered sexual curiosity about a woman's body or parts of her body (as objects of sexual fetishes). This happens when a man voluntarily experiences a woman as merely an object of desire and visual pleasure and a means for physical self-gratification (Brizendine, 2010 & Pelau, 2003). As mentioned, this is the contrary of respecting the spousal nature of each person's proper vocation.

Men tend toward unchaste behavior primarily when they objectify another person as a mere object of the pleasure. Such fantasy about the physical beauty of women, often accompanies the desire for the physical gratification of being seen by them (Brizendine, 2010; Rhoades, 2004). Thus, men often combine this desire for seeing objectified female beauty with touching or being touched (Aquinas, 1273/1981, II-II, 154.4; Struthers, 2009). Men may also be attracted to the reduction of stress and pain through the endorphins released during sex-related activities (Brizendine, 2010). Clinicians have also observed that some men engage in unchaste behavior as a form of self-soothing. Married men may seek out unchaste behavior especially when they feel unloved by their wives and when wives have anger problems or are emotionally abusive[9].

Women. In contrast, women generally have more of an innate desire for intimacy and emotional bonding than men. Women have a strong emotional component to sexual desire (Brizendine, 2010; Moir & Jessel, 1989; Wood et al., 2006). Research suggests that when a woman engages in unchaste behavior it is primarily for the emotional attention, intimate relationships, social glamour and prestige, protection, and wealth or support for her children that a man enables her to experience (Brizendine, 2006; Peplau, 2003; Rhoads, 2004; Vitz et al., 2020; Vitz, 2021). According to clinicians, women, too, may use sexual behavior as a form of self-soothing. Clinicians have also described a husband's lack of compassionate understanding, anger problems, and emotional or other abuse, as well as a wife's excessive responsibilities at home and a desire to «escape», as common motivators of women who engage in unchaste behaviors[10].

2. PORNOGRAPHY-USE

Developments in technology have brought new experiences to the ancient problem of lust, contributing new ways to undercut chastity and objectify persons for their mere value of sexual pleasure (Francis, 2016 & John Paul II, 2006). These novelties are employed in the commerce, distribution, and accessibility of pornography (Eberstadt, 2012). They are also found in hybrid forms, for example,

9 A. Pecoraro, PsyD, psychology professor, personal communication, November 2017.

10 A. Pecoraro, PsyD, psychology professor, personal communication, November 2017.

in cybersex (having live, virtual sexual contacts), sexting (sending sexually explicit images by phone or internet), and marketing (using sex to attract attention to products and using internet to market sexual contacts). According to studies on pornography-use in America, 46% of men and 16% of women reported consuming internet pornography during the week prior to the study (among 18- to 39-year-olds) (Regnerus et al., 2016; Paul, 2010).

Pornography-use has been argued to be private and innocent when hidden from public view. Nonetheless, before defining pornography, we will identify that it has been shown to negatively affect interpersonal relationships among spouses, families, and friends, as well as work performance and the economy (Eberstadt & Layden, 2010). The effect of pornography-use is also frequently misunderstood. It is sometimes simply praised as art, though the experience of the other person in pornography is not an experience of genuine art that would invite one to a transcendent, aesthetic, contemplation of beauty interpersonal relationships. Pornography is also misused as therapy or as taken to be necessary for business. Moreover, the making of pornography, which is a massive industry, causes psychological damage to many individuals who voluntarily participate in making pornography and even more so to those who are forced into it, for example, through sex-trafficking, especially of minors (Eberstadt & Layden, 2010).

2.1. Pornography Definitions and Claims

Before discussing pornography-use in the context of a Christian understanding of the virtues related to temperance and chastity and the vices related to lust, we will define and further contextualize what pornography is.

The Catholic Christian tradition has identified the disordered nature and distorted effects of pornography production and use (CCC, 2000, §2354). For example, while discussing modesty and the loss of a proper sense of shame and the loss of sensibility, Karol Wojtyła (2012) defines pornography in an interpersonally relational way, as:

> marked tendency to accentuate the sexual element when reproducing the human body or human love in a work of art, with the object of inducing the reader or viewer to believe that sexual values are the only real values of the person, and that love is nothing more than the experience, individual or shared, of those values alone. (p. 192)

This definition highlights how pornography production and use objectify the person for the viewer's or reader's own physical or emotional sexual gratification.

More can be said about types of pornography and their use, such as so-called soft and hard pornography or pornographic fantasy. The different types of pornography-use promote a limited appreciation of the goodness and purpose of the sexual urge and the spousal act. They fail to acknowledge the nature of the person and the communion of persons intended by the spousal nature of the sexual act itself. The most important distinction though, is the way in which pornography production and use reduce the person and the conjugal act to mere objects of sexual pleasure and gratification.

John Paul II (2006), furthermore, identifies that in «pornovision» and pornography, «one violates that deep *order of the gift* [of life] *and of reciprocal self-giving*, which is inscribed in femininity and masculinity across the whole structure of being human» (§61.4) (italics in the original). Pornography-use seeks to excite the sexual urge taken out of the private, interpersonal context fitting for spousal physical and emotional intimacy. Pornography denies the full dignity and beauty of one's internal masculinity or femininity and of one's external male or female embodiment (John Paul II, 2006 §63.3). Its production and use attack the calling of marriage to be a communion of persons. They also attack the ethical expression of social communication that each person deserves (John Paul II, 2006, §63.4–6).

According to Martha Nussbaum (1995), a feminist analysis has defined pornography in terms of its effects on women. Pornography objectifies, dehumanizes, and humiliates women, reducing them to an object for the sexual gratification mostly of men. According to Andrea Dworkin (1981), this analysis considers pornography as making women a possession of men and as conceiving them as inferior to men. This feminist approach has also recognized how pornography objectifies children, men, and transsexuals as well.

On a practical level, in addition to the traditional attempts to limit pornography under obscenity laws, this feminist approach (at least in the US) has been employed in seeking to limit and stop the spread of pornography by using civil rights ordinances, arguing that pornography is sex discrimination, a sexually explicit subordination of women (Dworkin & MacKinnon, 1988). Not all feminists, however, have sought to proscribe pornography. Some radical feminists have found pornography offensive, but not offensive enough to evoke government censorship (Rasmussen, 2016).

Even in the face of feminist and traditional anti-pornography efforts, pornography production and use, except for child pornography, has remained legal in most countries, protected as a form of free speech or by a right to privacy[11].

[11] See Rasmussen, 2016; Eberstadt & Layden, 2010. In 1967, Denmark was the first European country to legalize hardcore pornography. Over the next decade, the other European countries followed suit.

2.2. Pornography-Use, Fantasies, and Erotic Practices

One of our theses is that men and women engage in unchaste behavior and use pornography for different reasons or ends. These reasons include seeking to overcome loneliness with intimacy, emptiness with emotional pleasure, worthlessness with a sense of bonding, boredom with physical gratification, or a sense of shame with a distraction (Brizendine, 2006 & 2010). These reasons can influence free will and unchaste behavior, involving the vices related to temperance / self-control, chastity, and ordered love. According to Carnes et al. (2007), once pornography-use has become a pathological disorder for someone, the compulsive or addictive nature of its use should be considered a mitigating factor in the assessment of human agency and moral responsibility[12].

However, the diverse types and scenarios of pornography-use should be understood to have an accurate moral judgment of related acts. A consideration of the different sorts of pornography-use also offers the psychological, moral, and spiritual means to understand related virtuous dispositions, that is, to understand the pathways that lead to the correction of morally disordered dispositions as well as the acquisition of good character involving chastity, modesty, and constancy.

To appreciate the different reasons that motivate unchaste behavior and disordered dispositions, we ask: what are the differences between the ways that men and women use pornography?

Men. Pornography-use is much more common among men than among women, and men report more physical enjoyment from pornography than women, although the number of women using pornography is growing (Rasmussen, 2012; Regnerus et al, 2016; Baumeister, 2000; Ferree, 2002). Men and women, furthermore, tend to be primarily attracted to different types of pornography; this is not simply a distinction between hard-core sexual acts and soft-core nudity nor between violent, degrading pornography and pornography (erotica) that would seek respect and equal pleasure (Doidge, 2007 & Rasmussen, 2016).

Most men prefer erotic images or visual pornography—that undresses the body and visualizes the sexual value of the other person's body or parts of the body—providing physiological stimuli (Chung et al., 2013; Brizendine, 2010; Peplau, 2003). They fantasize about women. In using pornography, men tend to isolate themselves from their committed relationships. They also compartmentalize the expression of their sexual pleasure and emotional intimacy (Carroll et al., 2017). When primed by testosterone, a simple erotic image or thought will automatically activate a man's sexual circuit, causing erection and providing a dopamine reward. Men will even use fantasy during intercourse to retain an erection. However, men

[12] In the context of the moral responsibility and freedom, the *Catechism of the Catholic Church* (§1735, §2352, §2354) lists acquired habit and psychological factors (which can include pornography-use) as being a mitigating factor for the irresponsibly of acts (such as unchastity).

also read pornographic literature and talk about sex, as is indicated by crude sexual humor, remarks, or stories, both in the locker room or in more everyday settings.

Women. Women prefer verbal or literary pornography such as romance novels—that undresses intimate emotions and relationships—providing emotional stimuli and a hope for the long-term partnership with the man who is right for her[13]. Even talking or reading about sex activates the brain's reward or pleasure and bonding centers. For example, the neuroscientist Louann Brizendine (2006) says that for girls, «sharing secrets that have romantic and sexual implications activates . . . those centers even more, » providing the neurological reward of dopamine and oxytocin (p. 37). Nonetheless, some women use visual hard-core pornography[14]. Another difference between men and women is found in the studies that show that women may develop sex-related tolerance effects and compulsions more quickly than men, because of the neural mechanisms that mediate addictions, and perhaps because of women's increased capacity for attachment (Becker et al., 2012).

General. Studies indicate that pornography-use has serious negative effects on children, adolescents, adults, and society. Pornography consumption negatively influences: family stability and committed relationships; marriage, with divorce often being attributed to pornography-use; male health (erectile dysfunction); social expectations about sexual behavior and violence; child development; adult-child relationships; compulsions and addictions; work performance; and spiritual life[15]. What has been seen in movement, heard in narrative, or otherwise experienced is stored in the memory and may be used by the imagination in fantasy, which distracts one from one's vocational commitments and one's desire to be a good father or mother, and from one's intention to aim at meaningful life goals such as becoming a reliable colleague. It may even be used in morally disordered temptations later in life.

Pornography can have a grave impact on people's lives, as neuroscience shows, because the human brain strongly rewards and maps certain important types of experience, especially related to sex (Struthers, 2009). Both men and women find a natural attraction and innate neural reward in the presence of perceived attractiveness, sexual values, and sex acts. This attraction and reward

---

13 Chung et al. (2013) identify that «Relative to men, more factors contribute to female arousal: personal relationships, family concerns, child issues, emotional status, physical conditions, menstrual cycles, environments and others» (p. 242). See also Brizendine, 2006 and Doidge, 2010. Regarding the hope for a partnership, see Salmon, 2012.

14 On other characteristics of female use of pornography and sexual behavior see Ferree, 2002 & 2019.

15 Studies attest to high incidence of divorce attributed to effects of pornography-use, see: Dedmon, 2002; Doidge, 2007; Eberstadt, 2012; Eberstadt & Layden, 2010; Foubert et al., 2019; Hopkins et al., 2016; Manning, 2005; Rasmussen, 2016; Perry & Schleifer, 2018. In Kernsmith and Kernsmith's research (2008), female pornography use significantly predicts all forms of sexual aggression, besides physical violence and intimidation.

are needed for the procreation of new life, as evolutionary theory would also remind us (Brizendine, 2010). Because of the potent natural rewards, pleasure, and interpersonal bonding associated with dopamine, endorphins, and oxytocin respectively, humans may feel a desire to repeat sexual activities (including unchaste behaviors and pornography-use). Such acts may even lead to developing compulsions and addictions at the expense of other life commitments and goals[16].

However, regarding virtue, neuroscience also identifies how virtuous acts and dispositions can employ the prefrontal cortex to benefit from mentoring and imitation, and to train the brain to express sexual desire in chaste and modest ways, serving one's life goals and vocations, forming the virtues of chastity and modesty[17].

A person's response to sexual stimuli develops over time according to how it is used and trained. Adolescence, moreover, is an important sexual developmental period for both boys and girls, when their personal actions, interpersonal relationships, and environments influence their neurodevelopment and moral dispositions (Suleiman et al., 2015). *Girls* tend to become interested in self-expression and appearing sexually desirable (Brizendine, 2006). However, *boys* are more susceptible to seek physical pleasure compulsively in conjunction with internet pornography. This compulsive or addictive tendency is intensified when an adolescent is sexting and consuming alcohol (Morelli, 2017). The tendency in adolescent boys to use pornography is also found to be associated with excessive sexual interest and lower psychological well-being (Doornwaard et al., 2016). Furthermore, exposure to pornography-use is found to be a risk factor for male juveniles who sexually mistreat or offend others (Knight et al., 2009).

Pornography-use is often associated with masturbation and other erotic practices (Carvalheira, 2015). Men more often use pornography to masturbate than women do (Peplau, 2003). Women tend to use pornography in social settings, especially with sexual partners (Bridges & Morokoff, 2010). Furthermore, masturbation tends to be addictive, pornographic, narcissistic, and often a regression to a more immature state (Vitz, 2012).

Because of the tendency to acquire tolerance to the pleasure of pornographic stimuli, the use of pornography often leads to more extreme forms of behavior, as one searches to obtain the same level of physical pleasure or reward by novelty and to avoid the pain or punishment of withdrawal (Vitz, 2012).

Someone may acquire a tendency to seek out pornography more frequently, or in more extreme forms; the disposition may progress from lust, simply viewing or reading about attractive men or beautiful women, to viewing or imagining them in erotic clothes, then nude, then in erotic gestures, then engaged in heterosexual and

---

[16] A person may be attracted to the reduction of stress and pain through the release of endorphins that result from sex-related activities (Brizendine, 2010).

[17] On the use of the prefrontal cortex, in the formation of virtue, see Doidge, 2010; Cozolino, 2014 and Zagzebski, 2017. On training the brain to modesty, see Suleiman et al., 2015.

same-sex intercourse, as well as in sadistic and masochistic practices that involve abuse or violence (Doidge, 2007). Although nonviolent forms of pornography may not lead to general deviancy, there are studies that show using violent forms of pornography may tend to influence violent sexual practices[18].

For many reasons, among them the fact that oxytocin (a social bonding hormone) is released in large quantities during sex related activities, a conflicted sense of bonding is formed through the experience of sexual intimacies with multiple partners. Studies on sex differences suggest that *women* may be more susceptible to such bonding because they tend to have a stronger memory of emotional events (Hamann, 2005). Thus, women tend to find it hard to remain indifferent to sex-related stimulation and relationships (Zak, 2012). The brain sciences also explain this bonding in terms of how sexual stimuli create a form of neurological bonding with other people, through sexual acts or intimate intentions, including in the simple exchange of vows (Struthers, 2009; Doidge, 2010; Zak, 2012). A disordered or narcissistic bonding with oneself can arise as a result of masturbation. Furthermore, multiple sexual partners—real or imagined—can also potentially confuse one's vocational attachments and goals.

In a Catholic Christian vision of the person and ethics, this neuroscience on sex-related bonding, what is called social monogamy, posits that the person and the committed couple will flourish more if this bonding is consistently reinforced in a committed and chaste vocation, which includes the sexual fidelity of monogamy. The differences between the male body and the female body can be the basis for this complementarity, including the sexual attraction that promotes the well-being of the individual, couple, and family (Wilcox & Kline, 2012 & 2013). This research suggests that the spiritual bonding due to expressed intentions, as found in the exchange of religious vows of marriage, is complemented by the emotional bonding due to other human acts, as found in patterns of hormonal function that result from fidelity in conjugal sex. The biological bonding, which explains why some non-human animals are socially monogamous, might be understood as supportive of the complex human experiences of monogamy that, however, require volitional commitment and interpersonal support in addition to the parallel genetic and biological underpinnings found in non-human animals (Carter & Perkeybile, 2018; Young & Alexander, 2012).

3. VOYEURISM AND EXHIBITIONISM

The virtues of modesty and chastity both correct two extreme tendencies toward sexual intimacy and pleasure and also form these tendencies toward the various

[18] Rasmussen, 2016; Stinson, 2008; Gross et al., 2020. For research on how pornography-use by women is a strong predictor of sexual aggression, but not physical violence and intimidation, see Kernsmith and Kernsmith (2009).

positive good purposes of sex (Francis, §282; *CCC*, §2523). There is the frigid repulsion to and rejection of sex, which can, for instance, be related to a fear of the sexual urge or insecurity in interpersonal relationships. The cognitive blockage to the goodness of sex may lead to distorted ideas about one's responsibility for thoughts and their gravity. The affective blockage may cause distress at feeling attractions to other people and scrupulous ideas that it would be better never to have a sexual attraction than to need to learn self-control about what is objectively good and enjoyable. The negative aversion to sex is not a focus of this chapter though.

There are also the more or less extreme practices that reduce other people to be objects of one's own pleasure and desire: (a) by watching them in private sexual intimacy, for example, undressing, or having sex (i.e., voyeurism); or (b) by immodestly exposing oneself to be excited by drawing the sexual attention of others (i.e., exhibitionism) (John Paul II, 2006; *CCC*, §2354). There are other paraphilic disorders not addressed here (American Psychiatric Association [APA], 2013; World Health Organization, 2015).

Voyeurism and exhibitionism undercut basic inclinations to real goods, such as the basic inclination to marital sex. Instead, they lead one to pursue apparent goods (real brokenness) through non-vocation-based internal fantasies and external compulsive sexual behaviors. Such disorders are characterized by repetitive practices that compromise one's control of intense pleasure or desires for intimacy. These patterns of behavior are examples of how natural inclinations are good yet suffer from the loss of original innocence and from not being protected by developed virtues and mature vocations. Good inclinations for marital sex can become distorted curiosity and fantasies, autoerotic behavior, objectification of real people, and indecent displays of self and others.

3.1. Voyeurism and Lustful Behavior

From a Catholic anthropological and ethical perspective, voyeurism is the unchaste practice of seeking to see real people in their intimate lives, to view their bodies and their sexual relationships with or without their permission (*CCC*, 2000, §2354). Voyeurism involves a type of active lust that goes beyond passively viewing pornography. It also involves actively seeking the sight of real people nude or involved in intimate sexual acts. Voyeuristic tendencies include the visual and imagined, such as sexual fantasies, pornography-use, sexting, and strip-clubs. However, they also concern chatting about sex and paid phone-sex-lines. Both voyeuristic and pornographic practices often become associated not only with sexual fantasies and memories (including abusive ones) but also with casual sex, such as fornication, adultery, and prostitution (Doidge, 2010).

In contemporary culture, TV and web-based entertainment programs provide vicarious voyeurism. Reality programming ranges from innocent viewing of contestants in a mock boot camp to the viewing of the sexual life of reality show participants. There is a tendency to widen the definition of voyeurism and to normalize the phenomenon. However, from a mental health perspective, the normalization of voyeurism may reduce the needed attention to people who express compulsive voyeuristic behaviors and who are ill enough to need psychotherapy and psychopharmacology (Metzl, 2004). Moreover, from moral and spiritual perspectives, responsibility for lustful behavior and tendencies is not so easily discarded, and effects on one's spiritual life should not be rationalized away or minimized.

Mental health professionals identify Voyeuristic Disorder as the «recurrent and intense sexual arousal from observing an unsuspecting person who is naked, in the process of disrobing, or engaging in sexual activity, as manifested by fantasies, urges, or behaviors» (APA, 2013, p. 686). Voyeurism, in general, objectifies people without their consent, which makes it predatory, a type of covert intrusion (Hopkins et al., 2016). It can also involve dependence on watching pornographic media of people undressing or engaging in sexual intimacies. Of the small percentage of people reporting voyeuristic tendencies, psychological research indicates that men, rather than women, are more likely to experience either voyeuristic interest or Voyeuristic Disorder (either with or without distress, obsession, guilt, or shame), and that men and women display different clinical profiles of voyeuristic characteristics and practices (Långström & Seto, 2006; APA, 2013; Hopkins et al., 2016).

3.2. Exhibitionism and Seeking Attention

Exhibitionism is the unchaste practice of immodesty and of exposing oneself for sexual gratification. Someone who experiences exhibitionist tendencies seeks to be the object of other people's sexual attention, usually in public places. Exhibitionism is inappropriate because of the reason for and time and place of the exposure of one's body. What may be appropriate in a swimming pool or in a doctor's office is not fitting in the classroom or office. Both boys and girls, and men and women, can seek attention in immodest ways, finding disordered enjoyment of emotions and physical pleasure linked to letting others see or hear about private sexual behaviors. Exhibitionism relates to the lack of modesty. Such immodesty can be expressed in different cultural forms. For example, in Western societies, it is common for adolescent girls to want to appear desirable and to seek attention and self-expression in immodest ways (Brizendine, 2006). Boys also seek attention in exhibitionistic ways. Moreover, cultural pressures of fashion and ideology can encourage individual boys and girls, adolescents, and groups to seek attention immodestly.

Mental health professionals define Exhibitionistic Disorder as the «recurrent and intense sexual arousal from the exposure of one's genitals to an unsuspecting person, as manifested by fantasies, urges, or behaviors» (APA, 2013, p. 689). Exhibitionism seeks the sexual gratification obtained by being the object of someone's desire (Hopkins, 2016). Research has shown that voyeurs showed more sexual pathology than exhibitionists, while people who rated high on both voyeuristic and exhibitionist traits were the most elevated in sexual pathology (Hopkins, 2016). There is no clinical evidence about the prevalence of Exhibitionistic Disorder, but in non-clinical populations, men tend to perform exhibitionistic sexual acts much more frequently than women (Murphy & Page, 2008).

4. CONCLUDING DISCUSSION AND REMARKS

Overall, the paper's twofold thesis is based on a Christian philosophical and theological anthropology and virtue-approach to temperance, especially concerning sex-related desire and pleasure. We have given reasons to hold that the acts, dispositions, and goals that are characteristic of the virtue of temperance influence both men and women, but differently.

That is, the thesis affirms that (a) *men and women* tend to have foundational, common characteristics of the sex-related virtue of temperance. But (b) *men and women* also tend to experience sexual attraction differently, and to act and become disposed to act unchastely for different reasons. For instance, sex differences in experiences of lust are seen as a tendency in *men* more toward disordered sexual desire for physical pleasure and in *women* more toward disordered sexual desire for emotional intimacy.

What are the implications of this approach?

Attention to the temperate and intemperate experiences of boys and girls and men and women helps us to understand that they may tend to lose self-control, to engage in sexually disordered acts, and to acquire related distorted dispositions in different ways and for different reasons.

The reasons for intemperance need to be considered within the tendencies that result from different types of intemperance, including sexual immodesty, erotic fantasy, and auto-eroticism, as well as within the tendencies for extra-marital sexual intimacy.

The reasons for temperance, in contrast, need to be considered within the positive goals found in each person's life callings and vocations to the virtues related to the three types of vocation; the calls to: (1) justice, goodness, and holiness, (2) vocational states, including being single, in courtship, married, ordained, or consecrated, and (3) meaningful work, service, and leisure.

What are the methodology and presuppositions of this integrated approach?

The paper's Thomistic framework for Catholic Christian ethics aims at the goals found in natural moral law, divine law, and the teaching of Christ and the magisterium, by integrating faith-based principles, virtues, and moral exhortations (Scripture and Tradition). Such an integrated approach is not undercut by neuro-bio-psycho-social-spiritual considerations that differentiate men and women's experiences. Rather, the knowledge of the spiritual and internal reality of human moral acts is positively informed, increasing our understanding of the way that virtues and vices are acquired by men and women differently. This recognition of a Christian vision of the person and family is centered on the finality of committed love rather than merely on biological function, the possibility of development, or simple sexual attraction. Moreover, this Christian virtue-based vision helps us to better understand the finality of nature and grace, as well as the complementarity of men and women, in general (Allen, 2006).

What are the Benefits of This Integrated Approach?

There are benefits in a philosophical approach that expands our understanding of sex differences in the acquisition of virtues and vices (1) through the performative dimension of moral acts, (2) through the perfective dimension of the agent's dispositions, and (3) through the purposeful dimension of the good goals involved throughout (Francis, 2016; Titus et al., 2020).

There are benefits in the mental health field that widen our understanding of identifying how men and women experience different attractions toward and repulsion to pornography-use and unchaste behaviors, acts, and dispositions. Such considerations have the potential to aid in the formation of both boys and girls, men and women in the prevention of vice and the promotion of virtues.

There are ethical benefits that come from a Christian normative virtue approach to temperance that involves integrating, of course, considerations of the equal dignity of men and woman and the common human nature shared by all humans. Another ethical benefit is that the normative dimension of the basic vocation to justice and goodness calls each person to self-mastery and moral responsibility.

There are also theological benefits that come from a fuller understanding of sex-related virtues and sex differences between men and women and their complementarity in the light of openness to transcendence. This approach recognizes the need for the divine grace and charity that form personal and communal practices into types of chastity that are distinct to the single, married, ordained or religious ways of life. Such calls toward the aim of a flourishing spiritual life (Gal 5:22–23) also accounts for how natural moral law and divine moral law together inform a Christian life of the virtues, the greatest of which is love (1 Cor 13:13).

In conclusion, these benefits of virtue theory, which we have used to integrate Christian insights about the virtues associated with temperance, are needed by men and women, yet experienced and acquired by them in different ways.

REFERENCES

Allen, M. P. (2006). Man-woman complementarity: The Catholic inspiration. *Logos: A Journal of Catholic Thought and Culture 9*(3), 87–108.

American Psychiatric Association (2013). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders* (5th ed.). American Psychiatric Publishing.

Aquinas, T. (1981). *Summa theologiae* (English Dominican Province, Trans.). Christian classics. (Original work composed 1265–1273)

Ashley, B. (2006). *The way toward wisdom: An interdisciplinary and intercultural introduction to metaphysics*. University of Notre Dame.

Ashley, B. M. (2013). *Healing for freedom: A Christian perspective on personhood and psychotherapy*. The Institute for the Psychological Sciences Press.

Augustine (1955). The good of marriage (C. T. Wilcox et al., Trans.). In *Treatises on marriage and other objects. fathers of the Church* (Vol. 1, pp. 3-54). Catholic University of America Press. (Original work composed 397-401)

Augustine (1994). On marriage and concupiscence. In N*icene and post-Nicene fathers of the Christian Church* (Ser. 1, Vol. 5). Eerdmans.

Bachiochi, E. (2013). Women, sexual asymmetry, and Catholic teaching. *Christian Bioethics: Non-Ecumenical Studies in Medical Morality, 19*(2), 150–71.

Baumeister, R. F. (2000). Gender differences in erotic plasticity: The female sex drive as socially flexible and responsive. *Psychological Bulletin, 126*(3), 347–74.

Becker, J., Perry, A., & Westenbroek, C. (2012). Sex differences in the neural mechanisms mediating addiction: A new synthesis and hypothesis. *Biology of Sex Differences, 3*(1), 1–35.

Bridges, A., & Morokoff, P. (2010). Sexual media use and relational satisfaction in heterosexual couples. *Personal Relationships, 18*(4), 562–85.

Brizendine, L. (2006). *The female brain*. Broadway.

Brizendine, L. (2010). *The male brain*. Broadway.

Carnes, P., Delmonico, D., Griffin, E., & Moriarity, J. (2007) *In the shadows of the net: Breaking free of compulsive online sexual behavior* (2nd ed.). Hazelden.

Carroll, J. S., Busby, D. M., Willoughby, B. J., & Brown, C. C. (2017). The porn gap: Differences in men's and women's pornography patterns in couple relationships. *Journal of Couple & Relationship Therapy, 16*(2), 146–63.

Carter, C. S., & Perkeybile, A. M. (2018). The monogamy paradox: What do love and sex have to do with it?. *Frontiers in Ecology and Evolution, 6*(202), 1-20.

Carvalheira, A. (2015) Masturbation and pornography use among coupled heterosexual men with decreased sexual desire: How many roles of masturbation?. *Journal of Sex & Marital Therapy, 41*(6), 626–35.

Catechism of the Catholic Church. (2000). (2nd ed.). Librería Editrice Vaticana.

Cessario, R. (2013). *Introduction to moral theology* (Rev. ed.). The Catholic University of America Press.

Chung, W. S., Lim S. M., Yoo, J. H., & Yoon, H. (2013). Gender difference in brain activation to audio-visual sexual stimulation: Do women and men experience the same level of arousal in response to the same video clip? *International Journal of Impotence Research, 25*(4), 138–42. doi:10.1038/ijir.2012.47

Cozolino, L. (2014). *The Neuroscience of human relationships: Attachment and the developing social brain* (2nd ed.). Norton.

Cuddy, C. (2018). Thomas Aquinas on the Bible and morality: The sacred scriptures, the natural law and the hermeneutic of continuity. In P. Roszak & J. Vijgen (Eds.), *Towards a biblical Thomism: Thomas Aquinas and the renewal of biblical theology*, (pp. 173–96). Ediciones Universidad de Navarra.

Dedmon, J. (2002). Is the internet bad for your marriage? Online affairs, pornographic sites playing greater role in divorces. *Press release from The Dilenschneider Group. Inc*. (November).

Doidge, N. (2007). *The brain that changes itself: Stories of personal triumph from the frontiers of brain science.* Penguin.

Doidge, N. (2010). Acquiring tastes and loves: What neuroplasticity teaches us about sexual attraction and love. In Stoner & Hughes (Eds.), *The social costs of pornography: A collection of papers* (pp. 93–131). Witherspoon Institute.

Doornwaard, S., Eijnden, R. V. D., Baams, L., Vanwesenbeeck, I., & Bogt, T. (2016). Lower psychological well-being and excessive sexual interest predict symptoms of compulsive use of sexually explicit internet material among adolescent boys. *Journal of Youth and Adolescence, 45*(1), 73–84. doi:10.1007/s10964-015-0326-9

Dunnington, K. (2010). Addiction and virtue: Beyond the models of disease and choice. *IVP Academic*.

Dworkin, A. (1981). *Pornography: Men possessing women*. Perigee.

Dworkin, A., & MacKinnon, C. (1988). *Pornography and civil rights: A new day for women's equality*. Organizing Against Pornography.

Eberstadt, M. (2012). *Adam and Eve after the pill: Paradoxes of the sexual revolution*. Ignatius Press.

Eberstadt, M., & Layden, M. A. (2010). *The social costs of pornography: A statement of findings and recommendations.* Witherspoon Institute.

Ferree, M. (2002). Females: The forgotten sexual addicts. In P. Carnes & K. Adams (Eds.), *Clinical management of sex addiction* (1st ed., pp. 255–70). Routledge.

Ferree, M. (2019). Making advances: Treating female sex and love addicts. In P. Carnes & K. Adams (Eds.), *Clinical management of sex addiction* (2nd ed.). Routledge.

Foubert, J. D., Blanchard, W., Houston, M., & Williams, R. R., (2019). Pornography and sexual violence. In W. T. O'Donohue & P. A. Schewe (Eds.), *Handbook of sexual assault and sexual assault prevention* (pp. 109–27). Springer International Publishing.

Francis. (2016). *Amoris laetitia* (Apostolic exhortation on love in the family). Libreria Editrice Vaticana.

Giertych, W. (2015). Virtue and addiction. *Nova et Vetera* (English edition) *13*(4), 969–1002.

Gross, C., Klewicki, L. L., Vitz, P. C., & Titus, C. S. (2020). Man and woman. In P. C. Vitz, W. Nordling, & C. S. Titus (Eds.), *A Catholic Christian meta-model of the person* (pp. 169-209). Divine Mercy University Press.

Grubbs, J. B., Wilt, J. A., Exline, J. J., Pargament, K. I., & Kraus, S. W. (2018). Moral disapproval and perceived addiction to internet pornography: A longitudinal examination. *Addiction, 113*(3), 496–506.

Hamann, S. (2005). Sex differences in the responses of the human amygdala. *The Neuroscientist, 11*(4), 288–93. https://doi.org/10.1177/1073858404271981

Hopkins, T., Green, B., Carnes, P., & Campling, S. (2016). Varieties of intrusion: Exhibitionism and voyeurism. *Sexual Addiction & Compulsivity, 23*(1), 4–33.

International Theological Commission. (2004). *Communion and stewardship*. Libreria Editrice Vaticana.

John Paul II. (2006). *Man and woman he created them: A theology of the body* (Waldstein, M. Trans.). Pauline Books and Media.

Kernsmith, P. D., & Kernsmith, R. M. (2009). Female pornography use and sexual coercion perpetration. *Deviant Behavior, 30*(7), 589-610.

Knight, R., Ronis, S., & Zakireh, B. (2009). Bootstrapping persistence risk indicators for juveniles who sexually offend. *Behavioral Sciences & The Law, 27*(6), 878–909. doi: 10.1002/bsl.908

Långström N., & Seto, M. (2006). Exhibitionistic and voyeuristic behavior in a Swedish national population survey. *Archives of Sexual Behavior, 35*(4), 427–35.

Manning, J. C. (2005). *The impact of internet pornography on marriage and the family: a review of the research*. Washington, D.C. https://s3.amazonaws.com/thf_media/2010/pdf/ManningTST.pdf

Metzl, J. (2004). Voyeur nation? Changing definitions of voyeurism, 1950–2004. *Harvard Review of Psychiatry, 12*(2), 127–31.

Moir, A., & Jessel, D. (1989). *Brain sex: The real difference between men and women*. Delta.

Morelli, M., Bianchi, D., Baiocco, R., Pezzuti, L., & Chirumbolo, A. (2017). Sexting behaviors and cyber pornography addiction among adolescents: The moderating role of alcohol consumption. *Sexuality Research and Social Policy, 14*(2), 113–21. doi: 10.1007/s13178-016-0234-0

Murphy, W., & Page, J. (2008). Exhibitionism: Psychopathology and theory. In D. R. Laws & W. T. O'Donohue (Eds.), *Sexual deviance: Theory, assessment, and treatment* (2nd ed., pp. 61-75). Guilford.

Nussbaum, M. (1995). Objectification. *Philosophy and Public Affairs, 24*(4), 241–91.

Ogas, O. & Gaddam, S. (2012). *A billion wicked thoughts: What the internet tells us about sexual relationships*. Plume.

Paul, P. (2010). From pornography to porno to porn: How porn became the norm. In Stoner & Hughes (Eds.), *The social costs of pornography: A collection of papers*. Witherspoon Institute.

Perry, S. L. & Schleifer, C. (2018) Till porn do us part? A longitudinal examination of pornography use and divorce. *The Journal of Sex Research, 55*(3), 284-296, DOI: 10.1080/00224499.2017.1317709

Peplau, L. A. (2003). Human sexuality: How do men and women differ?. *Current Directions in Psychological Science, 12*(2), 37–40.

Petri, T. (2016). *Aquinas and the theology of the body: The Thomistic foundations of John Paul II's anthropology.* The Catholic University of America Press.

Pinckaers, S. (1995). *The sources of Christian ethics*. (M. T. Noble Trans.). The Catholic University of America Press.

Pinckaers, S. (2005). Aquinas on nature and the supernatural. In J. Berkman & C. S. Titus (Eds.), *The Pinckaers reader: Renewing Thomistic moral theology* (pp. 359–68). Catholic University of America Press.

Rasmussen, K. (2016). A historical and empirical review of pornography and romantic relationships: Implications for family researchers. *Journal of Family Theory & Review, 8*(2), 173–91.

Regnerus, M., Gordon, D., & Price, J. (2016). Documenting pornography use in America: A comparative analysis of methodological approaches. *The Journal of Sex Research, 53*(7), 873–81.

Rhoads, S. E. (2004). *Taking sex differences seriously*. Encounter Books.

Sherwin, M. S. (2009). Infused virtue and the effects of acquired vice: A test case for the Thomistic theory of infused cardinal virtues. *The Thomist, 73*(1), 29–52.

Salmon, C. (2012). The pop culture of sex: An evolutionary window on the worlds of pornography and romance. *Review of General Psychology 16*(2), 152–60.

Stein, E. (1996). The separate vocations of man and woman according to nature and grace (F. M. Oben, Trans.). In *Essays on woman* (2nd ed.). *The collected works of Edith Stein* (Vol. 2). Institute for Carmelite Studies Publications.

Stinson, J., Sales, B., Becker, J., & American Psychological Association. (2008). *Sex offending: Causal theories to inform research, prevention, and treatment*. American Psychological Association.

Stoner, J. R., & Hughes, D. M. (Eds.). (2010). *The social costs of pornography: A collection of papers.* Witherspoon Institute.

Struthers, W. M. (2009). *Wired for intimacy: How pornography hijacks the male brain*. IVP Books.

Suleiman, A., Johnson, M., Shirtcliff, E., & Galván, A. (2015). School-based sex education and neuroscience: What we know about sex, romance, marriage, and adolescent brain development. *Journal of School Health, 85*(8), 567–74.

Titus, C. S. (2012). Servais Pinckaers and the renewal of Catholic moral theology. *Journal of Moral Theology*, *1*(1), 43–68.

Vitz, P. C. (2012). Harmful psychological effects of common sexual practices. In A. Kennedy (Ed.), *Celibacy and the priesthood: Divine gift and cultural anomaly* (pp 107–24). Botolph Press.

Vitz, P. C. (ed.). (2021). *The complementarity of women and men.* The Catholic University of America Press.

Vitz, P. C., Nordling, W. J., & Titus, C. S. (Eds.). (2020). *A Catholic Christian meta-model of the person: Integration with psychology and mental health practice*. Divine Mercy University Press.

Wallace, W. A. (1996). *The modeling of nature: The philosophy of science and the philosophy of nature in synthesis*. The Catholic University of America Press.

Wilcox, W. B., & Kline, K. (Eds.). (2013). *Gender and parenthood: Biological and social scientific perspectives*. Columbia University Press.

Wilcox, W. B., & Kline, K. (2012). *Mother bodies, father bodies: How parenthood changes us from the inside out*. University of Chicago Press.

Wojtyła, K. (2012). Vocation (G. Ignatik, Trans.). In *Love and responsibility.* Pauline Books and Media.

Wood, J. M., Koch, P. B., & Mansfield, P. K. (2006). Women's sexual desire: A feminist critique. *Journal of Sex Research, 43*(3), 236–44.

World Health Organization. (2016). *International classification of diseases and related health problems* [ICD-10] (10th ed.). https://icd.who.int/browse10/2016/en

Young, L., & Alexander, B. (2012). *The chemistry between us: Love, sex, and the science of attraction*. Current.

Zagzebski, L. (2017). *Exemplarist moral theory*. Oxford University Press.

Zak, P. J. (2012). *The moral molecule: The source of love and prosperity.* Dutton.

PARTE IV.
VIRTUDES, PSICOLOGÍA Y EDUCACIÓN

CAPÍTULO 14
LA IMPORTANCIA DEL EJEMPLO EN LA ADQUISICIÓN DE LA VIRTUD

Mercedes Palet Fritschi
mercedespalet@ziksuhr.ch

Es del todo evidente que en el aprendizaje de cualquier comportamiento el ejemplo desempeña un papel relevante; ello es tan evidente que casi no requiere demostración científica, basta con aplicar el sentido común y con una observación mínimamente atenta de la realidad. Y si esto es así en el aprendizaje de comportamientos medibles, de actos externos, de lo que llamamos conducta ¿lo será también para la adquisición de la virtud?

En el último libro de la Ética a Nicómaco, Aristóteles advierte que «*con respecto a la virtud no basta con conocerla, sino que hemos de procurar tenerla y practicarla, o intentar llegar a ser buenos de alguna otra manera*»[1].

Para Aristóteles hay sólo un camino que esté en *nuestras manos* para la consecución de ese *llegar a ser buenos*: el del cultivo de los hábitos buenos, que son las virtudes. Dice Aristóteles:

> Algunos creen que los hombres llegan a ser buenos por naturaleza, otros por el hábito, otros por la enseñanza. Ahora bien, está claro que la parte de la naturaleza no está en nuestras manos, sino que está presente en aquellos que son verdaderamente afortunados por alguna causa divina. El razonamiento y la enseñanza no tienen, quizá, fuerza en todos los casos, sino que el alma del discípulo, como tierra que ha de nutrir la semilla, debe primero ser cultivada por los hábitos para deleitarse u odiar las cosas propiamente[2].

1 Aristóteles. *Ética a Nicomaco*, 1179b.
2 Aristóteles. *Ética a Nicomaco*, 1179b25.

Este *cultivo* del alma del discípulo tiene como finalidad aprender a amar y buscar lo que es digno de ser amado y debe ser amado; pero también aprender a odiar, a evitar y a apartarse de lo que debe ser odiado y por lo mismo evitado. Se trata de un *cultivo* y cuidado de la afectividad, de las emociones, de los afectos, que permita y favorezca la acción prudente, que permita y favorezca la adquisición de la virtud de la prudencia. Veremos enseguida la razón de esta preeminencia de la prudencia.

La virtud no es algo extraño ni ajeno a nuestra naturaleza. Por esta razón, de lo que aquí se trata es de el *cultivo* práctico de una semilla que se encuentra ya presente, por naturaleza, en esa misma alma. Santo Tomás así lo enseña:

> Se dice que algo es natural a algún hombre de dos modos. Uno según la naturaleza específica; otro según la naturaleza individual [...] De uno y otro modo la virtud es natural al hombre según cierta incoación. Según la naturaleza específica, en cuanto que en la razón lleva el hombre naturalmente ciertos principios naturalmente conocidos, tanto de orden especulativo como de orden práctico, los cuales son ciertas semillas de las virtudes intelectuales y morales; y en cuanto que en la voluntad se da cierto apetito natural del bien que es según la razón. Y según la naturaleza individual, en cuanto que por la disposición del cuerpo unos están mejor o peor dotados para ciertas virtudes. [...] Y de estos modos, tanto las virtudes intelectuales como las morales, nos son dadas por la naturaleza según cierta incoación de aptitud. [...] Resulta pues claro, que las virtudes están por naturaleza en nosotros sólo aptitudinal e incoativamente, no de modo perfecto, excepto las virtudes teológicas, que proceden totalmente de afuera[3].

La virtud es un hábito que dispone siempre para el bien, para el bien de la razón, para el bien de la voluntad y de los afectos, para el bien de toda la persona.

> Virtud, en términos completamente generales, es la elevación del ser en la persona humana. La virtud es, como dice Santo Tomás, *ultimum potentiae*, lo máximo a lo que puede aspirar el hombre, o sea la realización de las posibilidades humanas en el aspecto natural y sobrenatural. El hombre virtuoso es [en este sentido] tal que realiza el bien obedeciendo a sus inclinaciones más íntimas[4].

Hay que insistir, pues, en que la virtud, la adquisición de la virtud, no es algo extraño ni ajeno a la naturaleza humana. En el orden natural, la virtud, la vida virtuosa es la expresión de la aspiración íntima del hombre al Bien y a la Verdad.

---

[3] Santo Tomás de Aquino. *Suma de Teología* I-II, q. 63, a. 1, c.

[4] Pieper, J. (1990) *Las virtudes fundamentales* Rialp.

1. LA SUPREMACÍA DE LA PRUDENCIA: SIN PRUDENCIA NO HAY VIRTUD

En el orden de las virtudes adquiridas, la virtud de la prudencia es la "madre" y el fundamento de las restantes virtudes cardinales: justicia, fortaleza y templanza; en consecuencia, y dado que las virtudes morales adquiridas son conexas, sólo quien es prudente puede ser por añadidura, justo, fuerte y templado; y, a la vez, para poder ser justo, fuerte y templado es necesario ser prudente. La adquisición y ejercicio de la prudencia son el camino, el modo de vida, por el que el hombre puede llegar a amar, sobre todo a amar, pero también a odiar de acuerdo con el bien de la razón, porque la prudencia "ayuda a todas las virtudes y actúa en todas" [5].

[En el orden natural] "Si el hombre bueno es tal, lo es merced a su prudencia" [6]. Para Santo Tomás, la prudencia es la virtud más necesaria para la vida humana[7], pero "no sólo para que el hombre sea bueno, sino para que viva bien" [8].

Hay que tener sin embargo en cuenta que en el orden de la adquisición y ejercicio de las virtudes cardinales la prudencia es la última en adquirirse, porque "proviene de la educación y de la experiencia"[9], exige tiempo y *modelos* de vida. La prudencia, igual que las demás virtudes, necesita ser cultivada y necesita ser ejercitada, practicada. Pero al ser la "última" en el proceso de adquisición de las virtudes, y puesto que para su perfección requiere, además, de las demás virtudes cardinales (justicia, fortaleza y templanza), ¿cómo podrá practicarse? ¿cómo podrá el hombre "aprender" a ser bueno para poder vivir bien? ¿cómo podrá ser un joven prudente, si todavía no es templado o justo?

Aristóteles propone una solución a estas preguntas cuando afirma que "no hay ninguna diferencia entre poseer la prudencia u *obedecer* a los que la tienen"[10], dejándose decir las cosas, obedeciendo, haciendo caso y siguiendo el ejemplo y la palabra de quien ya es prudente. Santo Tomás también lo advierte: en las cosas que caen bajo el ámbito de la prudencia "nadie se basta a sí mismo" [11]. Es necesaria la "instrucción de otros", sobre todo de los ancianos, y no sólo por la experiencia que da el paso del tiempo en la vida, sino porque han "logrado un juicio equilibrado sobre los fines de las operaciones" dice el Aquinate[12]. Es decir, porque por la experiencia y el sano juicio "conocen" los medios adecuados que llevan a los fines perseguidos.

---

5 Santo Tomás de Aquino. *Suma de Teología*. II-II, q. 47, a. 5, ad. 2.
6 Pieper, J. (1990) *Las virtudes fundamentales* Rialp.
7 Santo Tomás de Aquino. *Suma de Teología*. I-II, q. 57, a. 6, c.
8 Santo Tomás de Aquino. *Suma de Teología*. I-II, q. 57, a. 6, ad. 1.
9 Santo Tomás de Aquino. *Suma de Teología*. II-II, q. 47, a. 15, sed contra.
10 Aristóteles. *Ética a Nicomaco*. VI, 1143b30.
11 Santo Tomás de Aquino. *Suma de Teología*. II-II, q. 49, a. 3, ad. 3.
12 Santo Tomás de Aquino. *Suma de Teología*. II-II, q. 49, a. 3, c.

Tenemos, pues, que un camino seguro para adquirir la prudencia es el de la obediencia, el de seguir el consejo y las advertencias (y a veces también las amonestaciones) de quien ya es verdaderamente prudente, en la medida de las posibilidades de su vida y misión. Es este el camino de la observancia y seguimiento de los consejos, y también de los modelos de vida de aquellos que, por naturaleza, son los primeros ejemplos en la vida de persona: me refiero a los padres y, después, a los maestros. En una palabra, aquellos "bienhechores" bajo cuya custodia la misma Naturaleza, que es sabia y todo lo ordena, pone a cada persona: primero la familia y, después, la escuela, la comunidad política y la Iglesia. La primera, la familia; las demás como delegadas y colaboradoras con la familia de la misión de educar.[13]

2. LA ADQUISICIÓN DE LA VIRTUD EXIGE LA RELACIÓN INTERPERSONAL FUNDAMENTADA EN EL AMOR

Entramos, así, de lleno en la cuestión que aquí importa: *la adquisición de la virtud exige la relación interpersonal, una relación interpersonal fundamentada en el amor y la confianza en quien, primeramente por naturaleza, cumple el encargo y misión de "cultivar" el alma del discípulo***.**

Encargados del cultivo del alma de los niños son en primer lugar y ante todo los padres, que son tales no sólo en el orden de la generación, sino, sobre todo, *en el orden del amor*, del amor al bien, y del amor al bien del hijo.

Dice Santo Tomás "el hijo, en realidad, es naturalmente algo del padre (y de la madre)"[14]; se trata de una "pertenencia" doble: «en primer lugar, porque en un primer momento, mientras está en el útero de la madre, no se distingue corporalmente de sus padres. Después, una vez que ha salido del útero materno, *antes del uso de razón*, está bajo el cuidado de sus padres, como contenido en un útero espiritual»[15].

Y ¿qué es lo que ocurre durante todo este tiempo en el que el niño está contenido en el útero espiritual de sus padres, antes de alcanzar el uso de la razón? Teniendo en cuenta que *el niño piensa ejemplarmente*, «lo primero que le ocurre al hombre que llega al uso de la razón es pensar acerca de sí mismo y a quien debe ordenar todas las otras cosas como a su fin, pues el fin es lo primero en la intención»[16].

---

[13] Porque, en efecto, la familia no es una sociedad perfecta. La familia tiene fines y responsabilidades que una ella sola, una familia concreta, no puede cumplir y por eso necesita de la asistencia y colaboración de sociedades más perfectas.

[14] Santo Tomás de Aquino. *Suma de Teología*. II-II, q. 10, a. 12, c.

[15] Santo Tomás de Aquino. *Suma de Teología*. II-II, q. 10, a. 12, c.

[16] Santo Tomás de Aquino. *Suma de Teología*. I-II, q.89, a.6, ad. 3.

"Llegar al uso de razón "no significa únicamente el dominio de una actividad racional especulativa por la que uno se dedique a descubrir y analizar los principios especulativos. Llegar al uso de la razón significa aquí el inicio de una actividad deliberativa, de un apetito deliberativo, por el cual el niño empieza a realizar algunas consideraciones sobre su realidad más próxima. Y eso puede ocurrir a edades muy tempranas, sobro todo a partir del momento en que el niño empieza a hablar. El niño que "empieza a tener uso de razón" empieza también a deliberar sobre sí mismo y a poder ordenar deliberativamente sus comportamientos a un fin; esto es, empieza a construir un sentido de la propia identidad. Empieza a configurarse el "yo".

"Nuestras primeras preguntas versan sobre el qué y el porqué de las cosas" [17] y, desde la perspectiva de una metafísica de la infancia, el primer dato de evidencia en la experiencia infantil es la de la "percepción de la persona"[18]. Gracias a una misteriosa y simplicísima capacidad de observación antes que percibirse a sí mismo, el niño es penetrado y despertado a la vida por la actuación amorosa y vivificante de la "Persona" de sus padres, y más especialmente de su madre. ¿De qué otro modo si no podría percibirse, "experimentarse" el niño a sí mismo? Esta primera percepción es ya una orientación intencional.

La llegada al uso de la razón supone, pues, un *movimiento doble* y *simultáneo*; de una parte, un movimiento interior, hacia sí mismo, un *movimiento inicial de "autoconocimiento"* que a estas edades tan tempranas supone una primerísima conciencia de ser autor de los propios actos. Y, por otra parte, un movimiento hacia el exterior, un "*movimiento de orientación*" a la búsqueda del Ideal de vida, búsqueda que tiene un carácter *eminentemente* personal, a la búsqueda de una Ideal.

Este primer movimiento vital de búsqueda del "Ideal de vida", del "quién" a quien ordenar todas las cosas supone y exige la "presencia" de la persona de los padres en la vida interior del niño. Pero hay que tener en cuenta que

> la presencia posible de una cosa en nosotros como contenido psíquico, como término de una actividad inmanente, no está reducida al orden del conocimiento. Los seres, en efecto, no sólo están en nosotros como *ratio cognoscendi* sino además como *virtus agendi*; no sólo por lo tanto en la línea de la representación y de la forma, sino además en la línea de la actividad y del amor[19].

Es, por lo tanto, evidente, que la actuación de los padres adquiere desde el primer momento desde la perspectiva del niño un carácter ejemplar, en la que el niño encuentra el fin, el objetivo de sus necesidades, y no sólo de las más "urgentes" en

---

17 Bofill, J. (1950). *La escala de los seres o el dinamismo de la perfección*. Cristiandad.
18 Bofill, J. (1950). *La escala de los seres o el dinamismo de la perfección*. Cristiandad.
19 Bofill, J. (1950). *La escala de los seres o el dinamismo de la perfección*. Cristiandad.

el orden de la subsistencia "material", sino también en el orden de la subsistencia espiritual. Porque si el matrimonio, por naturaleza, en capaz de engendrar la vida en el orden "biológico", ha de ser también capaz de engendrar la vida en el orden espiritual.

Toda la actividad psíquica inmanente es siempre *relacional* e *intencional y sólo puede satisfacerse en el marco de una comunicación amorosa del bien y de la verdad. En el niño, en todo hijo, la primera búsqueda orientadora hacia un fin, hacia el que ordenar todas las cosas de la vida,* es una actividad intencional en el seno espiritual de los padres, un ámbito personal, íntimo e irrepetible que no es comparable con ningún otro ámbito natural de las relaciones personales.

3. "NADIE PUEDE LLAMARSE MAESTRO DE SÍ MISMO" – LOS PADRES, "CAUSA EJEMPLAR DE VIRTUD"

Enseña Santo Tomás que los padres "son *principio* de la generación, educación, enseñanza y de todo lo relativo a la perfección de la vida humana"[20]. Por esta principalidad que, según Santo Tomás, participa de la *principalidad divina*, los padres son poseedores de una *dignidad* especialísima que les permitirá ser "fines", "destinatarios" de la atención e intención de los hijos, particularmente "antes de la llegada al uso de la razón" pero también durante toda la vida, porque son principio de "todo lo relativo a la perfección de la vida humana".

«La naturaleza -enseña el Angélico- no pretende solamente la generación de la prole, sino también su conducción y promoción hasta el estado perfecto del hombre en cuanto hombre, que es el estado de virtud»[21]. Es por esta dignidad que los padres -y más tarde los maestros en cuanto delegados de los padres- son la primera *causa ejemplar* para el hijo.

"La causa ejemplar es aquello a cuya imitación se hace algo que es focalizado esencialmente por la intención de un agente que se determina así mismo el fin"[22].

---

20 Santo Tomás de Aquino. *Suma de Teología*. II-II, q. 102, a. 1, c.

21 Pio XI. *Divini Illius Mgistri*, n. 28.

22 Santo Tomás de Aquino. *Quodlibet*, VIII, a. 2. c.: Respondeo. Dicendum, quod, cum in mente divina sint omnium creaturarum formae exemplares, quae ideae dicuntur, sicut in mente artificis formae artificiatorum; hoc tamen interest inter formas exemplares quae sunt in mente divina et in mente artificis creati: quod creatus artifex agit ex praesupposita materia; unde formae exemplares quae sunt in mente eius, non sunt factivae materiae, quae est individuationis principium, sed solius formae, a qua est species artificiati: et ideo huius formae exemplares non respiciunt directe artificiatum quantum ad individuum, sed quantum ad speciem solum; formae autem exemplares intellectus divini sunt factivae totius rei et quantum ad formam et quantum ad materiam: et ideo respiciunt creaturam non solum quantum ad naturam speciei, sed etiam quantum ad singularitatem individui: per prius tamen quantum ad naturam speciei: quod ex hoc patet. Exemplar enim est ad cuius imitationem fit aliquid. Unde ad rationem exemplaris requiritur quod ipsa assimilatio operis ad exemplar sit intenta ab agente: alias talis assimilatio

Alguien se convierte en causa ejemplar, en ejemplo de vida y, por lo mismo, en ejemplo de virtud, cuando "es imitado por 'alguien', o sea por un sujeto que pone en obra su inteligencia, determinándose a sí mismo los fines"[23]. La causa ejemplar, el ejemplo, es aquello que puede ser imitado por otro de modo igual o parecido, es decir, ejemplo de virtud, propiamente dicho, "es lo que puede ejercer un determinado influjo en otro en virtud de su propia forma imitable"[24].

"Todo ser -enseña Santo Tomás- tiene inclinación por naturaleza al propio bien para adquirirlo cuando no lo posee, pero también para difundir *el propio bien en otros*, en la medida de lo posible"[25]. Y esto es lo propio del ejemplo, tener la voluntad y el deseo de querer comunicar el propio bien a los demás, en la medida de lo posible.

4. LA CAUSA EJEMPLAR ES IMITABLE, ES ATRACTIVA, INSPIRA CONFIANZA Y ES ALEGRE

Lo propio de la causa ejemplar, de quien es verdaderamente ejemplo, es la posesión de un bien que quiere compartir y que, de algún modo, es imitable, alcanzable, porque "el ideal que no puede alcanzarse tampoco puede ser anhelado y querido"[26], e incluso puede convertirse en repelente.

Cuando los niños -y quien quiere ser virtuoso- encuentran en sus padres (y maestros) virtuosos un modelo de vida, tienden a unificarse con ellos, "imitándolos cada uno según su particular naturaleza y misión, recibiendo al mismo tiempo de [ellos] la elevación de miras que ordenará eficazmente al bien común su acti-

casu accideret, et non secundum viam exemplaritatis. Sic ergo in ratione exemplaris, includitur intentio agentis. Ad hoc ergo per prius exemplar respicit quod agens primo intendit in opere. Agens autem quilibet principaliter intendit in opere id quod perfectius est. Natura autem speciei est perfectissimum in unoquoque individuo. Per ipsam enim duplex imperfectio perficitur; imperfectio scilicet materiae, quae est singularitatis principium, quae, cum sit in potentia ad formam speciei, perficitur quando naturam speciei consequitur: et iterum imperfectio formae generalis, quae se habet ad differentias specificas in potentia ut materia ad formam; unde species specialissima est primo in intentione naturae, ut patet per Avicennam in Princ. suae Metaph. Non enim natura intendit principaliter generare Socratem, alias destructo Socrate ordo et intentio naturae periret; intendit autem in Socrate generare hominem. Similiter non intendit principaliter generare animal; alioquin quiesceret eius actio, quando ad naturam animalis perduxisset, cum tamen in individuo generato prius compleatur natura animalis quam hominis, ut patet in XVI de animalibus; non autem prius est homo quam hic homo. Unde exemplar quod est in mente divina primo naturam speciei respicit in qualibet creatura.

[23] Juan Cruz. *Sobre la causalidad ejemplar: los posibles y las ideas*. Recuperado 10 Noviembre 2021 de: https:www.ley natural.es – 26 de junio de 2011.

[24] Juan Cruz. *Sobre la causalidad ejemplar: los posibles y las ideas*. Recuperado 10 Noviembre 2021 de: https:www.ley natural.es – 26 de junio de 2011.

[25] Santo Tomás de Aquino. *Suma Teológica*, I, q.19, a.2, c.

[26] Allers, R. (1957). *Naturaleza y educación del carácter*, Labor.

vidad respectiva"[27], porque, como enseña Santo Tomás, "lo superior está presente en lo inferior con una presencia activa" que le eleva al rango y dignidad de modelo a seguir.

Pero, además, el ejemplo verdadero que es estímulo y auxilio para la adquisición de la virtud es para quien fija su atención en él, ante todo, *atractivo*; el virtuoso *es atractivo*, *irradia* el bien; quien convive con el virtuoso y le contempla desea para sí ese mismo bien del que el virtuoso goza.

> Es de suyo evidente que la índole personal de los padres (y de la educación en general) tiene que ser de fundamental importancia, a causa de que a ella se une la imagen del ideal que el niño se forma. El acento recae aquí sobre la palabra "índole". Pues no son los discursos, las instrucciones, los avisos, los que ocasionan en el niño la impresión decisiva sobre la esencia, la posición y los cometidos de los mayores; sino la naturaleza de éstos, su conducta y su modo de comportarse[28].

Esta cuestión es fundamental para comprender la importancia del ejemplo en la adquisición de la virtud. El ejemplo del que aquí se trata no es el ejemplo o modelo del que trata, por ejemplo, la "teoría del aprendizaje social", en la que se afirma que "la mayor parte de los comportamientos que la gente manifiesta han sido aprendidos, ya sea de forma deliberada o sin advertencia, a través de la influencia del ejemplo"[29].

Ejemplo de vida virtuosa es quien actúa de forma *consciente*, *voluntariamente y por elección* buscando y realizando el bien; esto es, quien actúa virtuosamente porque así lo quiere y no "sin deliberar" o bajo el lema de la "virtud por la virtud". Ejemplo de virtud es quien obra con "firmeza y constancia", lo cual es propio de quien obra en virtud de un hábito formado, radicado[30]. Es por estas características del "ejemplo virtuoso" que el hombre adquiere la Idea, el Ideal de la vida virtuosa. Pero eso no sería suficiente ni atractivo sin una última característica que hace que el ejemplo de virtud sea atractivo y es la de la *alegría*. La alegría en la obra es signo de hábito formado, recuerda Santo Tomás, citando a Aristóteles[31].

La causa ejemplar, el ejemplo de vida que estimula la adquisición de la virtud, actúa de forma constante, firme, y conscientemente; es el modo de vida que por el ejemplo sencillo y continuado uno puede hacer suyo, y no de un modo teórico, sino de un modo esencialmente práctico.

---

27 Bofill, J. (1950). *La escala de los seres o el dinamismo de la perfección*. Cristiandad. Santo Tomás de Aquino. *Suma de Teología*. II-II, q. 102, a. 1, c.

28 Allers, R. (1957). *Naturaleza y educación del carácter*, Labor.

29 Bandura, A. (1971) *Social Learning Theory*. New York: "Most of de behaviors tha people display are learned, either deliberately or inadvertendly, through the influence of ejemple.

30 Santo Tomás de Aquino. *Suma de Teología*. I-II, q.100, a.9, c.

31 Santo Tomás de Aquino. *Suma de Teología*. I-II, q.100, a.9, ad. 3.

La figura de los padres tiene una importancia decisiva en el nacimiento del ideal personal del carácter.[32] Ante la mirada del niño, la actuación de los padres es un verdadero concepto objetivo, como una meta a alcanzar, pero no desde un aspecto puramente teórico, sino fundamentalmente práctico y se convierten en ejemplo a imitar. Recuérdese que

> la causa ejemplar reside en la mente como *idea práctica*. Es la idea o el ideal que necesariamente acompaña a todo ser inteligente antes de obrar, pues contiene el plan y el objeto de su acción: si no estuviera en el principio y en el curso de cualquier acción inteligente, sería imposible toda acción subsiguiente. Su causalidad es de tipo intencional, de orden intelectual, pero no físico. El ideal presenta el objeto como bueno, en cualquiera que los aspectos que la bondad expresa. Lo que atrae a la voluntad es la fuerza misma de la *bondad* del objeto *conseguible* o de la acción *realizable*[33].

Sin causa ejemplar el niño no puede crecer ni moral ni espiritualmente; sin causa ejemplar queda abocado al vaivén de una afectividad que, por falta de guía y modelo, queda paulatinamente desorientada y sin rumbo.

Cuando el comportamiento de un niño -que, por el hábito de la sindéresis, es ya mínimamente capaz de discernir entre el bien y el mal y, además, capaz de orientar su aspiración según una finalidad buena ("esto es bueno y lo quiero para mí")- *imita* en la finalidad la actuación de sus padres. El comportamiento imitativo del niño no es un "repetir" lo que ve, sino que es un comportamiento inteligente, originado por la fuerza atractiva del ideal de la acción de los padres que, así, se convierten en fuente de la actividad del hijo. Ya advertía C.G. Jung que «la imagen de los padres posee una energía extraordinaria que influencia la vida anímica del niño en una medida tan elevada que habría incluso que preguntarse, si es posible en general conceder que un ser humano sea capaz de posees una tal fuerza mágica»[34].

Lo cual no está en demasiada discordancia con una afirmación de Santo Tomás cuando enseña que, por lo que se refiere a la generación, "se compara el poder del padre con el de Dios, creador de todas las cosas"[35], y que los hijos están más obligados a honrar y rendir culto a los autores de sus días que a los extraños virtuosos, por razón de los beneficios que de aquellos recibieron y por la vinculación natural que a ellos les une."[36]

---

32 Allers, R. (1957). *Naturaleza y educación del carácter*, Labor.
33 Cruz Cruz, J. (1995) *Metafísica de la familia*. Eunsa.
34 Jung,C.G. (1948). *Die Bedeutung des Vaters für das Schicksal des Einzelnen*. Rascher.
35 Santo Tomás de Aquino. *Suma de Teología*. II-II, q.102, a.3, ad. 1.
36 Santo Tomás de Aquino. *Suma de Teología*. II-II, q.102, a.3, ad. 3.

5. LA FAMILIA, ESCUELA DE VIRTUD

Es del todo evidente que, para poder practicar una virtud, para poder aprender y practicar cualquier arte, es necesario, primero, tener una "idea" de ello, haberlo visto, haberlo "experimentado", para poder compararlo con otras experiencias, para poder considerarlo en las distintas circunstancias. Dice Santo Tomás que "lo primero que se le pide al que obra es que sepa"[37]. En la vida cotidiana de la familia, bajo la guía atenta de los padres, acontecen las cosas más importantes, más decisivas de la vida de cada persona. Y así se va "sabiendo" la vida.

En nuestra vida, la primera posibilidad de experimentar el ejemplo de virtud es la filiación, que es un "estado" de vida "permanente", pues nunca dejamos de ser hijos de nuestros padres, al igual que nuestros padres nunca dejan de ser nuestros padres. La relación paternofilial es permanente, es para siempre, e imprime, particularmente en el hijo, huellas indelebles, tanto en el modo de entender la vida como en el modo de entender cómo y por qué se hacen las cosas. "Lo fundamental en el padre es ser principio, y en el hijo proceder de tal principio; corresponde de suyo al padre el cuidar de sus hijos, y, por tanto, no sólo temporalmente deberá prestarles ayuda, sino a todo lo largo de su vida."[38]

Pero para que las actitudes de los padres, la prudencia de los padres, alcancen y mantengan la dignidad ejemplar que orientará ejemplarmente la vida del hijo deben cumplirse unos requisitos indispensables. Es más, lo que se pretende defender en esta intervención es que, siendo los padres la primera causa ejemplar en la vida de cada uno, dependerá de su modo virtuoso de "hacer" y de "vivir" el que cada uno "experimente" la importancia y la necesidad de buenos ejemplos para el crecimiento personal.

De ahí que es a partir del modo de vida de los padres (buenos) que el hijo tiene la posibilidad de aprender y adquirir las condiciones -las virtudes, modos concreto de realizar el bien- que, a lo largo de su vida, le facilitarán las actitudes necesarias para seguir aprendiendo de quienes son verdaderamente prudentes, porque tienen una prudencia verdadera y perfecta, que es la que "aconseja, juzga e impera con rectitud en orden al fin bueno de toda la vida".[39] Y esto es siempre necesario, buscar el consejo y el ejemplo de quien tiene prudencia verdadera, también en el estado de gracia, porque

> quienes necesitan guiarse del consejo de otro (¿y quién no?), si están en gracia, saben, al menos, mirar por su propio bien, de tal manera que buscan el consejo de otros y distinguen los buenos de los malos consejos[40].

---

37 Santo Tomás de Aquino. *De Virtutibus Cardinalis*. 1

38 Santo Tomás de Aquino. *Suma de Teología*. II-II, q.101, a.2, ad. 2.

39 Santo Tomás de Aquino. *Suma de Teología*. II-II, q.47, a.13, c.

40 Santo Tomás de Aquino. *Suma de Teología*. II-II, q.47, a.14, ad. 2.

Y ¿cuáles son los requisitos necesarios para llegar a aprender del ejemplo y del consejo de quien es prudente?

Teniendo en cuenta que la primacía de la prudencia significa, ante todo, la necesidad de que el querer y el obrar sean conformes a la realidad objetiva, «lo común a todos los requisitos que condicionan la perfección de la prudencia como conocimiento es la "silenciosa" expectación de la realidad»[41]. Uno de los principales requisitos para ese reconocimiento de la realidad es el de la conservación de los recuerdos en la memoria.

Cuando Santo Tomás sitúa la memoria como requisito de la prudencia no se refiere a una capacidad natural para "recordar cosas", ni tampoco a los "recuerdos y experiencias" buenos o malos. Santo Tomás habla de la memoria del prudente como de un *hábito*[42] que es fruto del "perfeccionamiento metódico de la educación"[43].

Este requisito de la vida virtuosa tiene una relación especial con la fuerza del ejemplo. Y no sólo como dice Santo Tomás porque "recordamos mejor las cosas de nuestra niñez"[44] sino porque lo que más sirve a la prudencia es la memoria de lo "vivido", de lo experimentado bajo la presencia y la guía prudente de los padres y de los buenos maestros. En efecto, corresponde a la prudencia

> no sólo la consideración de la razón, sino también la aplicación a la obra, [...] y nadie puede aplicar de forma adecuada una cosa a otra sin conocer ambas, es decir, lo aplicado y el sujeto al que se aplica. Las acciones, a su vez, se dan en los singulares, y por lo tanto es necesario que el prudente conozca no solamente los principios universales de la razón, sino también los objetos particulares sobre los que se va a desarrollar la acción[45].

Esta concretización de la aplicación de los principios universales a la acción concreta requiere de la multiplicidad de experiencias guardadas en la memoria perfeccionada por la educación. No estamos aquí refiriéndonos a recuerdos concretos, sino a la experiencia de la aplicación de un principio a una acción concreta, y ésta es la experiencia que se adquiere por el ejemplo. En este sentido, tener una buena memoria, no significaría simplemente tener experiencia, sino la fidelidad al ser, conservar la realidad tal y como es y, como señala Martín Echavarría, eso depende de una actitud personal[46]. Y esta "actitud personal ante las cosas tal y

---

41 Pieper, J. (1990) *Las virtudes fundamentales* Rialp.

42 Santo Tomás de Aquino, *Sobre la memoria y la reminiscencia,* 349.

43 Santo Tomás de Aquino, *Suma Teológica*, II-II, q.49, a.1, c.

44 Santo Tomás de Aquino, *Suma Teológica*, II-II, q.49, a.1, c.

45 Santo Tomás de Aquino, *Suma Teológica*, II-II, q.47, a.3, c.

46 Echavarría, M. (2005). La praxis de la Psicología y sus niveles epistemológicos. Documenta Universitaria.

como son se adquiere primero a partir de las actitudes, de la "índole" personal de quien es ejemplo, que por esa misma razón tiene títulos para ir formando y conformando la "conciencia" del hijo, del discípulo, para que también ésta sea fiel a la realidad.

Se me hace difícil, como psicóloga y psicoterapeuta, considerar una "memoria de la realidad" independiente de las relaciones y vínculos personales más importantes en la vida de cada uno. Por esta razón, parece evidente que sólo el ejemplo de padres y maestros prudentes puede "llenar y cultivar" el depósito de la memoria de la que se nutre la prudencia.

Toda posibilidad de vida histórica cesaría en la humanidad si no se diese en la vida personal, desde lo más íntimo de la vida doméstica y cotidiana, la comunicación amistosa en la que la propia vida se transmite y comunica: "por nuestros oídos hemos oído, nuestros padres nos lo han contado" (Salmo 43). No se trata aquí evidentemente de suponer que los padres son «docentes» de una «ciencia demostrativa», sino que el lenguaje del espíritu transmite vitalmente lo que el hombre posee como viviente personal: la experiencia, el recuerdo y el amor.

CAPÍTULO 15

VIRTUD, PSICOLOGÍA Y SALUD MENTAL: EDUCAR LA PERSONA PARA SANAR SUS HERIDAS

Diego Cazzola Boix
diegocazzola@gmail.com
Universidad Complutense de Madrid, Facultad de Psicología, Madrid, España

Antes de entrar en el análisis concreto de las heridas y de cómo la educación es la clave fundamental para sanarlas, es preciso establecer el marco antropológico al que voy a hacer referencia.

1. EL PUNTO DE PARTIDA. EL ENFOQUE DESDE LA AMPLIACIÓN ANTROPOLÓGICA DEL PROF. LEONARDO POLO

Enmarcar correctamente el concepto que se tiene de persona es fundamental si se pretende buscar las claves de su educación y del cambio. En muchas ocasiones he podido observar que hay conceptualizaciones teóricas que están muy bien hasta que nos encontramos cara a cara con una persona concreta, con su problema, con sus miedos, con sus heridas, y queremos realmente comprender la dinámica que ha originado o que mantiene sus preocupaciones, pero sobre todo cuando queremos saber cómo reconducir el problema de forma eficiente, tratando de conseguir el mejor objetivo con el menor esfuerzo y daño para la persona, puesto todo cambio es, por lo general, siempre doloroso, ya que supone en definitiva superar heridas o vicios o simplemente realizar un gran esfuerzo.

Personalmente, la ampliación trascendental que ha propuesto el Prof. Leonardo Polo[1] ha sido clave para organizar los puntos de evaluación y de intervención tanto en el ámbito educativo de la persona como su rehabilitación psicológica. El Prof. Polo, recientemente fallecido en 2013, ha sido profesor de filosofía de la Universidad de Navarra con diferentes cargos en la misma, pero sobre todo un gran perseguidor de la buena filosofía. En mi opinión su análisis no llegó a ser sistemático como el de Santo Tomás, pero desde luego su alcance no creo que se pueda definir como de menor relevancia, con una filosofía aristotélico-tomista muy original, fresca, positiva y especialmente centrada en la persona. Por cuestiones de extensión vamos a mencionar simplemente las dos aportaciones más útiles para este trabajo y a sintetizarlas de la forma más sencilla posible.

1) La aportación más interesante y clave: el concepto de persona. Polo enseñaba que el cuerpo no es la potencia del alma, sino que el alma y el cuerpo son potencia de la persona, y que la persona es el acto de ser en el que radica lo más personal e íntimo de cada persona, el *quién* que cada uno es[2]:

> El ser personal es el "quién" o "cada quién". En cambio, la naturaleza del hombre es, por así decirlo, común. Todos los hombres "tenemos" la misma naturaleza. Por tanto, si la noción de persona se aplica de modo común, no es verdaderamente designativa del ser humano. Si se toma "persona" como un término común, entonces todos somos "eso" que se llama persona: yo soy persona, tú eres persona, él es persona; pero si la persona se predica, se pierde de vista el "quién", es decir, la irreductibilidad a lo común (a lo general o a lo universal). La persona como "cada quién" se distingue de las demás por irreductible. Hablar de persona de modo común, o en sentido general, es una reducción.

Polo distingue así una naturaleza recibida de nuestros padres en la que se entronca el tener; una vida añadida, que ya no es material o corpórea, a la que le corresponde el disponer; y una vida íntima que está en el orden ontológico, donde radica el ser y donde lo propio es el dar. La naturaleza y la esencia configuran lo psicosomático, pero es el acto de ser de la persona *quien* (y no qué) activa todo lo inferior mediante una concatenación de dualidades en las que se expresan las diferentes instancias hasta llegar al cuerpo, que es la manifestación más visible de la persona.

Así, se expresa en el cuerpo lo que es la realidad de la persona, por eso vemos en el ser humano la expresión de habilidades que no vemos en los animales,

[1] Cfr. POLO, L., (2003). *Antropología trascendental*, *Tomo I. La persona Humana,* Eunsa. También: POLO, L., (2003). *Antropología trascendental*, *Tomo II. La esencia de la persona humana,* Eunsa.

[2] POLO, L., (2003). *Antropología trascendental*, *Tomo I. La persona Humana,* Eunsa, pag. 85.

porque en el animal no hay una persona que se exprese, sino sólo una naturaleza animal. Para entenderlo de forma más sencilla, podemos recordar que Jesucristo tiene naturaleza humana, con cuerpo y alma humanos, pero que su persona es divina, por lo que queda más evidente que persona y compuesto psicosomático no pueden ser lo mismo, de lo contrario o Cristo no sería hombre (porque el alma sería divina) o no sería Dios (porque no cabría la persona divina en un compuesto psicosomático humano de alma y cuerpo humanos). Así que es fácil observar, desde esta perspectiva, que la persona debe de ser entendida como una instancia distinta, por lo menos, de lo que es el compuesto psicosomático.

2) La segunda aportación poliana esencial es la ampliación de los trascendentales vinculados al acto de ser de la persona, que "obliga a distinguir varios actos de ser"[3]. La persona se caracteriza por unos trascendentales que le son propios y que Polo describe como el amar donal, el conocer personal, el coexistir-con y la libertad. Por el primero, el amar donal, entendemos a la persona como don creado, alguien que se acepta como un dar destinado a ser aceptado[4]. Por el segundo, el conocer personal (*intelectus ut co-actus*), se le entiende, como decía Polo, como "luz penetrada de luz"[5] que trasciende la persona misma y que dinamiza esa búsqueda de Dios constante que llevamos dentro y que, si hacemos un poco de silencio y no enturbiamos la honestidad natural del hombre, percibimos de forma sencilla y comprobamos que nunca se agota. Pero quedan la coexistencia y la libertad. Por la primera se entiende la persona como alguien que no se limita a ser, como hace el universo, sino a ser-con (que es superior al *mónon*). Es decir, la persona co-existe, y es por lo tanto intimidad abierta hacia dentro y hacia fuera. Es una realidad abierta a Dios y a los demás. No es mero ser social que entra en relación como los animales, sino que necesita al otro para ampliarse por dentro. Digamos que está cara a cara con el otro y no solo de lado. No sólo "comparte" la presencia, sino que "se comparte" en ella. Finalmente, la persona es libre, es apertura irrestricta que resalta el coexistir y anima el conocer y el amar. Esta libertad se extiende a todos los actos de la esencia humana, manifestando el valor trascendente de la persona en todo su obrar.

También son muy importantes los conceptos de *además*[6], la distinción que hace de los *diferentes actos de ser*, el *abandono del límite mental* y muchos otros aciertos más, pero sobre todo quería destacar el concepto de persona y la ampliación de los trascendentales.

---

[3] POLO, L., (2003). *Antropología trascendental*, *Tomo I. La persona Humana,* Eunsa, pag. 87.

[4] POLO, L., (2003). *Antropología trascendental*, *Tomo I. La persona Humana,* Eunsa, pag. 212.

[5] POLO, L., (2003). *Antropología trascendental*, *Tomo I. La persona Humana,* Eunsa, pag. 174.

[6] POLO, L., (2003). *Antropología trascendental*, *Tomo I. La persona Humana,* Eunsa, pag. 184.

Quizás sea también importante explicar cómo la persona se abre a su esencia. Por ejemplo, el amar personal ilumina la voluntad, manifestándose en la operación del querer, y el conocer personal ilumina la inteligencia. Son como las dos laderas del yo, que es el ápice de la naturaleza humana. Pero ya hemos dejado, de alguna manera, lo radical y vemos cómo éste se expresa en las facultades del alma. Y así descendemos hasta ver la libertad expresada en los movimientos del cuerpo o la intimidad en la vergüenza de mostrar a quien no corresponde partes de nuestro cuerpo.

Esto es importantísimo. Todo lo que acontece a nivel corporal es expresión de algo que se inicia en lo radical de la persona. Si bien cabe la posibilidad de que algunos acontecimientos nocivos se inicien en una instancia inferior, la solución o la recuperación siempre se desarrollará desde las instancias superiores. Esta clave es determinante a la hora de decidir cómo y dónde intervenir en el cambio de la conducta humana.

2. ANÁLISIS DE LA SITUACIÓN. LAS HERIDAS DE HOY

Antes de ponernos a ver soluciones o aplicaciones de lo explicado que aclaren este planteamiento, me gustaría exponer cuáles son las heridas que veo en mi práctica clínica y en mi trabajo como orientador. Podríamos dividirlas según las tres instancias expuestas: heridas a nivel corporal, psíquico y espiritual, pero como esta exposición no da para abarcarlas de forma sistemática, voy a destacar las más frecuentes e importantes.

2.1. La ausencia de los padres

Bien porque no hay amor entre los padres, bien porque hay mala comunicación entre ellos, o simplemente porque ha acontecido un divorcio, la ausencia de los padres es un factor determinante y clave para entender las heridas de los niños de hoy. Una realidad al respecto muy poco conocida, pero en realidad determinante, es que los hijos se nutren del amor de los padres. No del amor de los padres hacia ellos, sino del amor que se da entre los padres. Para amar a un hijo los padres deben amarse entre sí. Esa es la fuente principal del amor en la familia. Los hijos deben *ser* amados, *saberse* amados y *sentirse* amados (vemos como se expresan nuevamente esas tres instancias de la persona). *Son* amados en el amor de los padres (de hecho, así vinieron a la luz), se *saben* amados por la relación diaria con ellos (que conlleva paciencia, miradas, decisiones educativas, diálogo, ejemplo, etc.) y se *sienten* amados por el tiempo juntos, la escucha activa de lo que les preocupa (aunque a los padres les parecerán niñerías), los abrazos, los cuidados en la enfermedad, el enseñar a hacer cosas, o el reírse y jugar juntos. Pero el principio y el impulso mayor de toda esta cascada de concreciones de amor empiezan en el

amor mutuo entre los padres. Si no hay amor entre ellos, la atención se descentra y ya no se dirige de forma ordenada, equilibrada y unida hacia los hijos y la acción educativa. Por esto, sin la presencia del amor entre los padres, el acto educativo y la expresión corpórea del mismo, no se atiende al amar personal, que implica no describir a la persona, sino alcanzarla continuamente, es decir, amarla de persona a persona. Nadie da de lo que no tiene, por lo que los hijos que sufren esta ausencia presentan una fuente insuficiente del querer, del saber y del sentir.

Los niños están muy solos, con padres que están más a sus cosas que a ellos, sin modelos sanos y equilibrados, por lo que no tienen seguridad en sí mismos, no gestionan bien la expresión de sus emociones, ni las relaciones con los demás. Cada vez dudan más de que son importantes, únicos y amados por sí mismos; dudan del amor de un Dios que es padre y que tiene un plan para ellos que es bueno. Son muy pocos los que logran un equilibrio suficiente para desarrollarse con armonía. El resultado a nivel psicológico es que desarrollan muy baja autoestima, mucha inseguridad y, sobre todo, poco autocontrol, es decir, enseguida se enfadan mucho o se ponen a llorar, por lo que no están preparados para un desarrollo de las virtudes más básicas. En este sentido más concreto, fallan mucho en la templanza y la fortaleza, volviéndose fácilmente adictos a las nuevas tecnologías, las drogas, la comida, la pornografía o el sexo, así como todo lo que pueda ser un posible sustituto de ese deseo de amor inicial que no logran percibir y que no les llega. Y no digo que no esté ese amor, sino que en muchas ocasiones no es capaz de llegarles. Y esto nos introduce a la siguiente herida.

2.2. La incapacidad de crear un canal de comunicación con los hijos

Entre la rapidez de las nuevas tecnologías y la incapacidad de los padres de gestionarlas en pro del bien del hijo y no de la comodidad que ofrecen, ahora mismo son más un enemigo que algo bueno o neutral. Las nuevas tecnologías son un mundo alternativo en el que los hijos son realmente aparcados. Un padre este año me comentó, de forma además muy natural y convencido, que su hijo de 2º ESO "necesita también su dosis de móvil para poder vivir su mundo virtual" y así logra que su hijo esté casi dos horas diarias al móvil y 30 minutos con deberes y estudio. La lacra de la educación por medio de las tecnologías y las pantallas está generando una incapacidad de los padres de entrar en diálogo con los hijos. Porque además de apartarles del trabajo que educativamente les haría crecer de verdad, no son conocidas por los padres, por lo que se genera un abismo en el que no hay comunicación ni puntos de encuentro. Y para que no queden dudas, en mi humilde opinión, la primera solución está, por el momento, en retirar los móviles a los hijos hasta que sea necesario, útil, bueno y tengan capacidad de gestionar todo lo negativo que aportan. Los móviles no pueden ser un regalo de cumpleaños ni una herramienta para ganarnos su implicación en los estudios o, peor aún, su cariño.

Son un arma de doble filo que no se puede dar en manos de un menor sin pensar muy cuidadosamente si entra dentro de un acto realmente educativo y fundado.

2.3. La falta de espiritualidad cristiana

Ésta es la característica difícil de detectar o valorar, siendo la más importante y complicada de introducir en la educación sin que haya una buena comunicación en el amarse de los padres. Y aunque haya una buena comunicación y sin dificultades, a veces no llega a vivirse una sana espiritualidad. Teniendo en cuenta la premisa del principio, de que la persona está en continua búsqueda de Dios y sólo en Él encuentra su sentido, si no se introduce una respuesta a esa sed que se origina precisamente en el conocer personal y que la libertad amplifica constantemente, se rompe el dinamismo o el equilibrio con el amar personal, por lo que se pierde la capacidad de entrega, se desvirtúa el concepto de *don* que es la persona y se imposibilita la responsabilidad, por la que el hombre está llamado a ser responsable de esa coexistencia que Dios le ha donado.

Dicho en otras palabras, sin una auténtica educación en la verdadera espiritualidad cristiana, se desvirtúa la capacidad de amar y entregarse, siendo ésta la única forma de crecimiento personal. Por eso sabemos que "*sin amor no somos nada*" (1 Cor 13, 4-8): no dice San Pablo que no "hacemos" nada, sino que no "somos" nada, es decir, sin el amor de Dios, se deteriora el nivel ontológico, que es la persona misma. Si "*Cristo es el camino, y la verdad y la vida*" (Jn 14,6) y si es cierto que Cristo ha dicho que *"separados de mí nada podéis hacer",* deberíamos pensar en introducir la conversión de lo natural a Dios como forma terapéutica y educativa[7]. Cristo debe de ser no sólo la dirección o el fin, sino el camino, es decir, hay que hablar de él, introducirle en la ecuación de la solución de los problemas o la sanación de las heridas. Educar es llevar lo natural a lo divino y la Revelación nos ha enseñado claramente que esto ocurre por la acción de Cristo. Así que debemos despertar en el educando, en el paciente o entre los esposos, la sed de Dios, y saberla enfocar como el camino para llegar a la mejor versión que se puede de uno mismo. Esto implica una vida en gracia, una vida sacramental en la que se eduque el amor a la adoración eucarística, se aprecien y valoren los sacramentales, donde al demonio ni se le tema ni se le ignore, pero sobre todo sea conocida su forma de actuar, pues no es rival débil y ocioso; donde la lectura de la Palabra de Dios sea diaria y ésta esté continuamente en boca de los padres o de los educadores. No se puede hablar de nada sin referir, por lo menos de forma implícita, a la Palabra de Dios. No se trata de ser aburridos, sino de valorar la Verdad revelada para el bien del hombre y, por lo tanto, de su educación y su salud (física y psicológica, evidentemente). Como enseña el Deuteronomio: "*Las palabras que hoy te digo quedarán*

---

[7] Cfr. PARKER R.W., ST. JOHNS E. (2021). *La oración en la psicoterapia*, Editorial Terracota.

en tu memoria; se las repetirás a tus hijos y hablarás de ellas estando en casa y yendo de camino, acostado y levantado." (Dt 6, 4-7) Todo tiene un punto intermedio, tal como dice el muy citado *"in medio stat virtus"*, que literalmente significa *"en el justo medio está la virtud"*, pero hay que recordar que se deben de excluir de esta frase la santidad y el amor, donde cuanto más mejor, aunque puedan tacharnos de locos o exagerados. Porque ese loco es el santo y en esa locura se manifiesta muchas veces la grandeza de Dios.

¿Y qué hacer con aquéllos que no están dispuestos a entrar en diálogo con esa búsqueda de Dios? Pues lo mismo que hace el padre en la parábola del hijo pródigo o de los dos hermanos (Lc 15,11-32). Trabajaremos en el orden natural y poco explícito, pero seguiremos haciendo nuestra propuesta, rezaremos para que la gracia de Dios actúe en el hijo, el alumno o el paciente y estaremos a la espera de su regreso, pues muchas veces se necesita tocar un poco más el fondo para querer subir a la superficie y respirar. En realidad, es lo mismo que hace Dios con cada uno de nosotros. Nosotros nos perdemos en nuestros quehaceres y preocupaciones y él está trabajando desde su infinita paciencia y misericordia esperando nuestra disposición o que le pidamos intervenir. ¡Cuánto desea Dios que le pidamos intervenir! Él sabe bien que lo puede transformar todo al instante, pero el principal problema de la actualidad es que ya no le tenemos en primer lugar. No nos creemos que es Él quien realmente arregla todo. El psicólogo, el orientador e incluso el médico, sin la intervención de Dios, dan palos de ciego. La Historia está en manos de Dios, unas manos cercanas que guían todo en el respeto de nuestra libertad y que, misteriosamente, dejan que aprendamos de nuestros errores hasta niveles como los que hemos vivido en las guerras mundiales o esta pandemia. Mientras no le reconozcamos como el agente principal de nuestro bienestar, centrando en Él la atención y reconociéndole fundamental en nuestra vida (personal, familiar, social, política, económica, etc.), las cosas no irán a mejor, sino que se harán más turbias y complejas.

Para educar a la persona hay que saber a dónde la queremos llevar y cómo. Educar, como decía san Manuel González, es "sacar y guiar: sacar las energías que hay dormidas, amorfas, inexplotadas o torcidas en el niño, que como ser inmanente que es tiene dentro de sí el principio y el término de su acción, y guiarla a su estado de perfección."[8] No hay una tarea más difícil que educar, porque implica al educando en el tiempo, con cambios, con una libertad y una dignidad constantemente en juego, que es transformadora y transformante. Porque no deja ajeno al educador. Si el educador no se dispone también a ser transformado, no hay plenitud en ese acto educativo. El acto educativo, así como el terapéutico, implica siempre hacer pasar a los dos de un estado inferior a uno superior. Es decir, ambos se mueven por la acción de quien atrae desde su perfección y su gracia. Sin

---

[8] GONZÁLEZ GARCÍA, M. (1985). *La gracia en la educación o arte de educar con gracia*, ediciones "El granito de arena (5ª ed.).

la acción transformadora de Cristo no hay cambio perfectivo y, por lo tanto, no hay santidad. Y si no hay santidad, ni hay salud ni hay educación ni hay mejora. Porque como hemos citado ya: si no tengo amor, nada soy. Todo lo que no se enmarque en Cristo, es basura, da igual que vaya con bibliografía, estudios científicos o fama milenaria. Confiar en la técnica o en la ciencia olvidando esta realidad es, cuanto menos, garantía de fracaso a largo plazo. No se trata de confundir el rezo del rosario o de una práctica religiosa con la terapia, pero tampoco de considerarlos independientes o en paralelo, pues la gracia de Dios sostiene el sentido de todo con mucho más rigor y poder que el de la ciencia, la técnica y la experiencia más evidente. Más de una vez he escuchado la idea de que hay problemas graves que necesitan especialistas clínicos, no de fe, ni de acompañamiento espiritual. Pero mientras la mayoría ve aquí dos caminos separados y unos pocos las pueden considerar complementarias, un servidor está convencido de que sin la acción de Dios en la esperanza de la persona, en su elevación por la conversión y la gracia, su inclusión en el plan redentor de la Divina Voluntad, su inmersión en el misterio de la cruz y el ofrecimiento santificador, su renacimiento en la vida del Espíritu y la muerte de uno mismo para conseguir la inhabitación trinitaria en uno (1 Jn 4,12-13, 15-16; Jn 14,23; Ef 3,17), de nada sirve el espejismo de cualquier logro terapéutico.

3. LA SOLUCIÓN DESDE LA EDUCACIÓN Y EL ACOMPAÑAMIENTO

Ahora bien, una vez que tengamos enmarcado el fin de la educación de la persona y contemos con un matrimonio y una familia en camino de santidad, ¿qué debemos educar para que no acontezcan heridas innecesarias o para que, las que se hayan creado por muchas razones, sanen?

Sabemos que las virtudes no se pueden aislar sino de una forma teórica, pero desde luego a veces se debe de incidir en unas más que en otras porque el tiempo que tenemos es el que es o porque simplemente no llegamos a todo por nuestras propias limitaciones.

Creo que en este caso hay que tener en cuenta lo siguiente:

1) Mantener una mirada de trascendencia en todo lo que pasa. Tenemos que luchar contra la interpretación materialista y relativista recordando y enseñando que hay una verdad, que hay consecuencias por ignorarla o despreciarla y que la relación con ella es dicotómica: o todo o nada, o con Dios o contra Dios (Lc 16:13). En esto hay que ser muy claros. Hay que respetar la libertad del otro a medida que va creciendo, pero insistiendo mucho y poniéndonos como ejemplos y modelos. Porque el que educa debe de ser siempre consciente de que es modelo.

2) Subirnos a hombros de gigante. Si queremos que el otro (alumno, hijo o paciente) sea como nosotros, le estamos reduciendo mucho sus aspiraciones. Hay que mostrar siempre un horizonte mayor a nosotros mismos y educar ese deseo

de "*más y más*", así como enseñar y recordar que sólo en Dios se agotará esa sed de plenitud que anhelamos. Nuestro hijo no tiene por qué ser como nosotros, ni el paciente ser normal como el terapeuta, ni el marido como la mujer, sino que tienen que ser más, porque todos tenemos que ser como Cristo, en definitiva. El auténtico modelo es dado por Cristo. Así que *somos modelos, pero a la vez testigos de algo más que buscamos juntos* (que es la vida en Cristo). Y así aprovechamos también lo que otros han vivido mejor y han descubierto para mirar juntos más lejos y crecer en cultura, experiencia y conocimiento.

3) Cuando caemos nos levantamos y seguimos. En esta vida es imposible no equivocarse y es preciso asumir la caída. Lo que no debemos aceptar nunca es la derrota. Siempre podemos levantarnos y seguir. Para eso tenemos el sacramento de la confesión y una Iglesia que nos ayuda a seguir adelante con dignidad y esperanza. Sólo así podemos educar en la ascesis. Podemos aspirar a adorar y amar más y mejor, porque si caemos, nos levantamos y seguimos. Si en el ayuno caemos comiendo algo, no empezamos a comer con sentimientos de desesperanza, sino que lo retomamos y seguimos. Si gritamos a nuestro hijo o despreciamos a nuestro alumno, podemos disculparnos y seguir con más fuerza y habiendo mejorado (tanto el otro como nosotros). Esto repara el daño, une y acrecienta los ánimos, enseña a proseguir con esperanza y sana las heridas con el amor mutuo. Y cada día tenemos que conseguir crecer y amar más. Como dice San Pablo, nuestro amor tiene que seguir "creciendo más y más en penetración y en sensibilidad para apreciar los valores" (1 Flp 1,9). Sin esa ascesis que profundiza y a la vez se hace más sensible, no se aprecia todo lo que vivimos, y corremos el riesgo de infravalorar su necesidad.

4) Entendido que lo que se educa en el otro lo tenemos que vivir desde el educando, o del formador o del terapeuta, entre las virtudes principales yo pondría sin duda alguna la humildad. Casi todos los pecados se generan o se mantienen por la soberbia. Podemos equivocarnos en el juicio o en la acción por falta de prudencia, pero sin humildad no nos levantamos y no construimos donde hemos herido. Como decía Cervantes de Saavedra "*la humildad es importantísima porque sin esa virtud no lo son las demás*"[9] y sobre todo en la educación cristiana, en la que muchas virtudes sin humildad, o peor aún con falsa humildad, se disfrazan de otra cosa, dejando de ser virtudes.

5) Además, la humildad nos permite acercarnos al perdón y si no se valora el perdón, no se descubre la misericordia; así que educar en la capacidad de pedir y recibir perdón es también fundamental para evitar heridas mayores o, por lo menos, para poderlas sanar desde dentro, que es como se debe de sanar siempre a la persona.[10]

6) Después de la humildad valoraría centrar mucho la atención en la obediencia con respeto. Es preciso enseñar a esa humildad a ser un músculo espiritual que se pone en marcha con la obediencia. El que la exige tiene que hacerlo con justicia

---

9 CERVANTES, M. (1973). *Novelas Ejemplares 1. El coloquio de los perros*. Emesa, p. 266.

10 Cfr. ENRIGHT R. (2018). Las 8 claves del perdón. Eleftheria.

y caridad y trabajar sobre sí mismo el autocontrol, la prudencia, la misericordia… no es algo sencillo, pero es necesario.

7) Otra virtud que previene y sana a la vez las heridas de la persona a través de la educación es el orden. El orden externo es expresión de un orden interno y un desorden exterior suele reflejar un desorden interior. No podemos directamente ordenarnos por dentro, pero podemos trabajar un orden interior mediante una educación en el orden exterior. Si pedimos un cuarto ordenado y recogido, si enseñamos a dejar recogido algo antes de pasar a otra actividad, enseñaremos a pasar de forma ordenada de una idea a otra, de una emoción a una crítica. Es necesario aprender a separar las cosas, aunque se experimenten juntas.

8) Este último punto lo podemos aplicar también a la esfera afectiva y la racional. Aprender a distinguir qué es emocional y qué es racional sin entremezclarlo y confundirlo. Es fundamental educar a expresar las emociones con independencia de las exigencias de justicia. El educando tiene que aprender que se puede estar enfadado sin tener razón o que se puede estar contento cuando el motivo es ilícito. Esto es un aspecto clave a educar, para no ser maquiavélicos e incongruentes con nuestras creencias y nuestra fe. Un buen camino educativo y una alternativa antropológicamente más coherente que las inteligencias múltiples, se enmarca en lo que llamo desde hace años la "integración afectiva", por la que debemos enseñar a integrar las emociones en nuestras acciones, es decir, reconocer cuál es el estado emocional, analizar qué provoca ese estado, aceptar esa sensación y aprender a tomar decisiones no "al margen de" esa información, sino integrándola de forma inteligente. No podemos prescindir de nuestra esfera emocional y tampoco podemos dejar que sea quien lleve el timón, sino que hay que saber incorporarlas de forma inteligente. En este sentido, no cabe la conceptualización del profesor como un actor que entra en clase y actúa con un papel, ni el profesor que pretender dejar las emociones fuera del aula o los padres que las dejan en el trabajo. Las emociones son como el temperamento: siempre está detrás de cualquier pensamiento, acto o recuerdo. Lo inteligente es reconocerlo e incorporarlo. Así el profesor que llega enfadado a clase por una discusión en casa será consciente de su estado alterado, lo aceptará, lo reconocerá ante la clase sin entrar en detalles y no se dejará llevar por la casi inevitable transferencia emocional por la que terminaría volcando el enfado, ajeno a la clase, sobre los alumnos.

9) Pero la más importante quizás sea la actitud del abandono desde la austeridad. En un mundo empujado al consumismo y el utilitarismo las heridas son enormes. El corazón anhela continuamente más y más y no encuentra respuesta ni satisfacción, por lo que nos propone cambiar actitudes y creencias, en lugar de devolvernos la mirada al centro del hombre y su vocación principal. Es, en mi opinión, la principal causa de enfermedad: poner el corazón donde no está Dios y de forma desmesurada. No por nada el primer mandamiento es el que es. Aquí el educador, el formador o el terapeuta, debe de trazar un camino en el que se aprenda a valorar a Dios por encima de este mundo. Pero si no se valora la vida eterna

en Dios cómo lo realmente importante, ¿cómo va a vivir alguien con austeridad? Ni la salud ni el bienestar psicosocial está por encima de la esperanza en la vida eterna. Cuando me encuentro la obsesión por la temprana adquisición de las habilidades lectoescritoras de algunos padres, la hiperestimulación con actividades extraescolares, la cantidad de tiempo dedicado a la socialización para la diversión, al cuidado personal en gimnasios y dietistas, la necesidad de estar conectados o de hacer cosas cada fin de semana, y veo el poco tiempo dedicado a profundizar en la relación personal con la familia, dedicarnos al necesitado que no conoce a Dios y vive con dolor, el tiempo dedicado a pelearse y discutir de frivolidades, contemplo la necesidad acuciante de vivir la austeridad. Eduquemos y enseñemos a vivir con poco y que ese poco sea donde está Dios. Una rutina en la que se centra la atención en la oración, el pasar tiempo juntos en familia, con tiempo para la buena lectura, donde la comida es motivo de unión y compartir la amistad en la fe, donde la catequesis se hace en el día a día, etc.: allí está el corazón de la salud. El resto se hará con moderación y sabiéndonos en las manos providentes de Dios. De verdad que Él puede hacer el resto de forma inexplicable y asombrosa, pero hay que confiar en Él.

Voy a contar un caso para terminar en el que una mujer había sido abandonada por su padre, violada en dos ocasiones, apenas sin formación ni educación, con pareja y dos hijas. Acude con ideas suicidas, depresión y obsesiones. Le propongo el camino de la psicoterapia y las salidas clásicas que tiene, pero también le propongo el camino de la conversión ya que prácticamente no conocía a Dios. Ella me escuchó y tras explicarle lo que es el mensaje del Evangelio, acepta. Tras una confesión de vida, una imposición de manos de un sacerdote, un propósito de cambio y asumir la oración del rosario diariamente, el cambio fue radical. Desaparecieron en menos de 10 días las ideas suicidas y la sintomatología depresiva y apareció una alegría que se contagió a toda la familia. Tras un acompañamiento de un par de años donde se trabajaron cuestiones menores y animó a permanecer en el camino de la conversión con un poco de psicoeducación, se sacó los estudios de primaria, encontró un trabajo humilde que hace con alegría, se casó por la Iglesia y disfruta de su vida con salud y alegría. Comprendo que pueda no parecer un caso prototípico, pero no es porque no sea correcta la metodología, sino porque, en general, no se trabaja la intervención de la gracia ni se intenta abrir el paciente a ella y mucho menos el tratamiento en sí. Pero educación, psicoterapia y conversión no deben de ser caminos paralelos, ni mucho menos separados, sino tres dimensiones de un mismo camino.

Queda por dar salida a las situaciones en las que hay un malestar muy profundo que ha afectado también a la libertad, como puede ser el caso de adolescentes o jóvenes que se encuentran atrapados en una vida de la que son incapaces de salir. Los que no tienen fuerza para escapar de sus vicios o sus errores porque no tienen fuerza espiritual para cambiar, dependientes o esclavos de alguna droga, sea material o digital. En estos casos queda hacerles ver qué es lo que anhelan, trabajar el

deseo del cambio, rezar para que Dios les conceda la gracia del deseo del cambio (que no es nunca un logro terapéutico, sino un don concedido desde lo alto) y, una vez conseguido, pedirles entregar la voluntad para dejarse guiar. Sólo cabe el abandono y dejarse guiar por alguien en quien confíen, ponerse en sus manos para que les conduzca paso a paso a ser capaces de ver lo bueno y saber quererlo, entrenando poco a poco, con humildad y abandono confiado, el músculo espiritual que la falta de ejercicio en virtudes no ha podido desarrollar. Porque las virtudes son, en definitiva, el músculo espiritual de la persona y, junto a los hábitos, están llamadas a expresar, en la acción y en el cuerpo, la entrega a la que la persona está llamada para elevarse y santificarse con la ayuda de Dios.

No separemos entonces la dimensión práctica o técnica de la educación o la psicoterapia desligándola del mensaje evangélico y la vocación radical del hombre de alcanzar a Dios, porque implica un fracaso completo, si no a medio plazo, desde luego a largo plazo.

“Corazón de mi Jesús, conocerte para amarte; conocerte más para amarte más, y amarte más para conocerte más” (san Manuel).

CAPÍTULO 16
EDUCACIÓN CRISTIANA EN EL MODELO DE "DESARROLLO HUMANO INTEGRAL" (DHI)

Teresa Enríquez[1]
tenriquez@up.edu.mx

Paloma Alonso-Stuyck[3]
palonsos895@uao.es

Alejandro Salas Cacho[2]
a.salas@dhiac.mx

[1] *Universidad Panamericana, Instituto de Humanidades, México. Dra. en Filosofía.*

[2] *Universidad Abat Oliba CEU, España. Dra. en Psicología.*

[3] *Desarrollo Humano Integral, A.C., México. Dr. en Teología.*

1. INTRODUCCIÓN

El modelo de Desarrollo Humano Integral A. C. (DHI) <www.desarrollohumanointegral.org> busca formar hábitos morales, constitutivos del carácter; y, más ampliamente, busca expandir estilos de vida saludables. El principal creador y constante promotor del modelo DHI es un sacerdote, colaborador en la formación de colegios de primera y segunda enseñanza, caracterizados por su identidad cristiana. De manera que podría decirse que el origen del modelo DHI ha tenido lugar en un contexto de vida cristiana. Sin embargo, la operación del modelo ha traspasado las fronteras de los ámbitos propiamente cristianos y educativos.

En efecto, el modelo DHI ha sido diseñado, desarrollado, probado, y dirigido por un creciente equipo interdisciplinario que lo ha implementado por más de 35 años (1985-2021) en cientos de organizaciones formales (educativas, empresariales y civiles) y en miles de grupos informales (familias y amigos), en gran parte del territorio de México y en una decena de países latinoamericanos.

Este modelo, en su base *teórica*, se sostiene en un modelo de comprensión de la estructura de la agencia humana tanto en su dimensión estática (teoría clásica de las facultades operativas) como dinámica (desarrollo temporal de esas facultades). En cuanto a su ejercicio *práctico*, el modelo se integra por cuatro estrategias o componentes pedagógicos: (1) reflexión, (2) motivación, (3) constancia en metas **C**oncretas, **A**ccesibles y **M**edibles (metas CAM); y (4) buen ambiente. Estas cuatro estrategias, convenientemente dosificadas, ayudan a cada persona a adquirir hábitos a través de una trayectoria temporal variable (de 6 meses a 5 años) que, empíricamente, tiende a cumplir siete etapas, determinadas por un análisis fenomenológico sobre el estado de la inteligencia, la voluntad y los sentimientos en el proceso que va desde el vicio hasta la virtud (web DHI, 2010).

El modelo DHI no se reduce a una metodología de un programa educativo, sino a la estructura metodológica de múltiples programas: SOFI S.C. <www.sofi.mx>; SVD <www.saludvaloresydeporte.org>; y colección de 26 libros *Para ser feliz forjando valores* (ECA-EDUMÁS, 2001-2010). Todos estos programas han sido adaptados y dirigidos a una amplia gama de destinatarios en escuelas (preescolares, niños y adolescentes, padres, maestros y directivos); empresas (directivos, empleados y clientes); organizaciones de la sociedad civil (voluntarios, directivos y beneficiarios); y corporaciones (de escuelas y de empresas).

El presente texto se dedica, en su primera parte, a describir el origen y desarrollo del modelo DHI; y, en un segundo momento, a discutir algunas de sus posibilidades futuras, pues como, metodología situada en el área más propiamente humana de crecimiento, esto es, en el ámbito de la libertad, también es un camino que puede proseguirse sin cesar.

2. CUATRO RETOS DE LA EDUCACIÓN DEL CARÁCTER

En las últimas décadas se han ido perfeccionando tanto las estrategias de los programas de educación del carácter como los instrumentos y modos de evaluación de su eficacia. Con todo, los programas suelen adolecer de 4 deficiencias a cuya resolución se ha enfocado el modelo DHI: (1) cierto *intelectualismo* que pierde de vista la influencia de la *afectividad* y el grado de influencia de la virtud moral (o de su ausencia) sobre la razón *práctica*; (2) tendencia a sobrevalorar las conductas *exteriores* y a olvidar la disposición *interior* de la persona; (3) falta de *constancia* a largo plazo en la intervención; y (4) consideración grupal de resultados unida a

la omisión del *seguimiento personal* requerido según las disposiciones morales individuales. ¿Qué ofrece el modelo DHI ante estos cuatro retos?

2.1. Reflexión dinámica

Para superar el *intelectualismo*, hay que advertir que el concepto de virtud, como cualquier otro concepto y quizá más que otro, es dinámico. Es lo que ejemplifica Kristjánsson con la gratitud (2017: 180-181). El conocimiento de la virtud, además, varía en la misma persona según sea su grado de ejercicio de la virtud: de ahí la necesidad continua de la *reflexión*. Por ejemplo, una persona sin la virtud de la gratitud no valora los bienes que recibe como un regalo que se le otorga, sino que los considera como una deuda que en justicia se merece; así, en lugar de agradecerlos, los exige e incluso se queja. En cambio, una persona con gratitud es capaz de captar con mayor intensidad y amplitud la gratuidad de todo lo que recibe e, incluso, lo disfruta más. En todo caso, la actuación exterior sigue a la convicción interior. Las convicciones, se ha dicho poéticamente, son ideas clavadas en el corazón. La *reflexión* crea conciencia de las propias convicciones. Esa conciencia permite afianzarlas o corregirlas. Por ello, la reflexión es un dinamismo de *vida* intelectual que crece.

2.2. Intención *interior*

En segundo lugar, DHI ha detectado, en su propia experiencia, la tentación de reducir los esfuerzos educativos a los aspectos exteriores de la virtud, quizá porque éstos son los más fácilmente susceptibles de educación y –en la línea del actual interés científico– de medición. La *medida multicomponente*, inspirada en la defensa que Aristóteles hace de la virtud como *hábito electivo* (hábito que se ejerce desde la libre elección), intenta atender la complejidad de los factores internos (Kristjánsson 2017:181). La moral cristiana ha insistido, también en la línea de la filosofía griega, en la importancia de la decisión interior. Ciertamente las variantes de la intención interior parecen no cambiar la naturaleza de algunos actos exteriores, sobre todo, a corto plazo. Sin embargo, a la larga, se manifiesta una u otra intención. Por ejemplo, en la operación de programas de adquisición de hábitos saludables en la alimentación se nota la diversidad de intenciones: las personas que solo se limitan al cumplimiento del programa por el programa mismo, pierden el “hábito” cuando termina el programa; en cambio, una decisión que mire más a la intención de adquirir el hábito independientemente del programa dará lugar a un hábito que perdura una vez que el programa concluya. En otras palabras, una intención que se limite al cumplimiento del *deber* origina acciones exteriores de menor alcance (cualitativo y cuantitativo) que una intención más trascendente, como el amor a Jesucristo que se demuestra en obras exteriores de amor a los demás.

2.3. Constancia y no dispersión

Una de las señales de la disposición interior es la permanencia en el tiempo del hábito adquirido. ¿Cuánto tiempo de monitoreo es indispensable para comprobar la adquisición de un hábito? Son seis meses de seguimiento lo que exige el meta-análisis de Durlak a los programas educativos del carácter para merecer ser estudiados (2011: 409). Ahora bien, un cambio de conducta en los seis meses subsiguientes a un programa de formación, ¿constituye ya un hábito? El método DHI pondera la dimensión temporal de la auténtica virtud, y reconoce los límites de una intervención educativa esporádica. De ahí la tercera deficiencia de los programas educativos: la dispersión. «La motivación es lo que te hace empezar, el hábito es lo que te hace continuar» (<www.facebook.com/habitos saludables.mx>). A esa constancia ayudan dos factores de éxito comprobados por Durlak: enfocarse a determinadas habilidades y anunciarlo explícitamente (2011: 410). Para no dispersarse, el modelo DHI en los libros *Para ser feliz forjando valores* (2001-2010) propone enfocarse durante tres años en una única virtud. Para ello, se apoya en la disposición a determinadas virtudes según ciertas edades. En la primaria menor (7 a 9 años), la *templanza* (sobriedad, autocontrol, etc.). En la primaria mayor (10 a 12 años), la *fortaleza* (constancia, paciencia, etc.). En secundaria (7° a 9°), la *justicia* (solidaridad, responsabilidad, etc.). Al bachillerato (16 a 18 años) corresponde afianzar la *prudencia* (circunspección, memoria, docilidad, etc.). El Programa Salud Valores y Deporte (www.saludvaloresydeporte.org) propone enfocarse de manera permanente en la Templanza, por ser la falta de autodominio una de las raíces de los problemas actuales.

2.4. Cada persona

En cuarto lugar, los reportes de resultados de programas de educación del carácter suelen registrar el progreso de grupos, no de personas. Es paradójico que se excluya de un estudio sobre formación en virtudes a grupos de jóvenes unidos por su interés en mejorar (Durlak 2011: 409). ¿Acaso no son *ellos* quienes podrían ofrecer mejor *objeto* específico de *estudio*? Sin dejar la evaluación grupal, la autoevaluación personal es parte constitutiva del modelo DHI, y también se procura la evaluación del propio modelo, especialmente la que aportan sus principales operadores: maestros y padres de familia en las escuelas, y gerentes en las empresas.

3. DESCRIPCIÓN DEL MODELO DHI

3.1. Fuentes

El reciente interés por el aprendizaje social y emocional (*Social and Emotional Learning*, *SEL*), nacido en el ámbito anglosajón, es paralelo a la tradición milena-

ria –en ámbito latino, americano y europeo– de la *formación en virtudes*, arraigada también en la filosofía griega, y enriquecida con la labor intelectual y educativa del *cristianismo*.

La gran síntesis entre platonismo, aristotelismo y cristianismo, operada por santo Tomás de Aquino, marcó el rumbo de la filosofía moral de la tradición en la que nacen las principales fuentes teóricas de la labor de DHI (Pieper, 1988; Armenta 1997, 1999; Llano, 1999, Lickona, 2004).

Por su parte, el *Catecismo de la Iglesia Católica* (1997) expresa cómo Jesucristo es, en definitiva, el *centro* con respecto al cual se logra la unidad de las principales operaciones humanas: el conocimiento y la libertad.

3.2. Objetivos y estructura del modelo DHI

El objetivo específico del modelo DHI es una eficaz formación de hábitos. Para ello se ha estructurado según cuatro estrategias o componentes pedagógicos. Las tres primeras son constitutivas del modelo; la cuarta, en cambio, ayuda o entorpece el proceso de adquisición del hábito. Las cuatro hacen frente a los cuatro retos arriba descritos:

A) Reflexión.

Estimular la *reflexión* en la persona según el dinamismo de la razón práctica cuyo conocimiento se enriquece en la medida en que la persona adquiere el hábito.

B) Motivación.

Atender a la intención *interior* del agente y no solo a las acciones exteriores de modo que el “para qué” adquiere el hábito realmente le mejore cómo persona.

C) Metas Concretas, Accesibles y Medibles (metas CAM).

Con las que ponen en práctica el hábito, es el cómo se adquiere, con estas metas se crea un programa de desarrollo individual a corto, mediano y largo plazo.

D) Buen ambiente.

El ambiente ayuda o dificulta la adquisición del hábito; el buen ambiente es creado por contextos sociales formativos.

Los tres primeros componentes pedagógicos miran tres aspectos del misterio de Jesucristo:

3.2.1. Jesucristo como Verdad

Jesucristo es la *Verdad* conocida por la inteligencia, la cual es sujeto de la virtud teologal de la *fe*. Jesucristo es el *Maestro* que enseña. La formulación sintética de la Verdad Cristiana se compendia en la primera parte del catecismo. En este ámbito

el cristiano requiere formación *doctrinal* proporcionada por la teología dogmática (*dogma*, etimológicamente, es pensamiento). En este ámbito, el cristiano *conoce* la voluntad de Dios. Se conoce y asimila por la reflexión, dando los "por qué" hacer las cosas con lo que enseña Jesucristo.

3.2.2. Jesucristo como Vida

Más radicalmente, Jesucristo es la *Vida* del alma del cristiano. Es el *Sacerdote* que nos transmite la vida divina. La unión con Jesucristo se da a través de la *gracia santificante*; la cual se recibe de manera *objetiva* mediante los 7 *sacramentos* (segunda parte del Catecismo); y de manera *subjetiva*, esto es, en el ámbito de la conciencia psicológica individual, con la relación personal con Jesucristo, mediante la *oración*, según el modelo de las 7 peticiones del Padrenuestro (cuarta parte del Catecismo). El ámbito de la conciencia psicológica es también el de la libertad personal, es decir, del ejercicio de la voluntad, la cual comienza su actividad por su acto más propio y más alto, que es el *amor* sin medida, es decir, el amor a lo que se ama como finalidad (volición del fin). En este sentido la voluntad es sujeto de la virtud teologal de la *Caridad*. En este ámbito, el cristiano *ama* la voluntad de Dios, y crece con la formación *espiritual*. Aquí se encuentra y se potencia la principal Motivación para actuar, que es el amor.

3.2.3. Jesucristo como Camino

Jesucristo es el *Camino* recorrido por nuestra voluntad tanto con los actos interiores como con los exteriores. Es el *Pastor* que guía en el camino moral, delimitado por los *que se desarrolla en la tercera parte del Catecismo,* pero que se abre positivamente a las alturas de la virtud teologal de la *caridad*. Además, la facultad volitiva, en sus actos ejercidos sobre la parte inferior del alma, es decir, en su dominio sobre las pasiones, es sujeto de la virtud teologal de la *esperanza*. En este camino de crecimiento moral ayudan la formación en las virtudes humanas. En este ámbito, con su ayuda el cristiano *hace* la voluntad de Dios que ha conocido y eficazmente ama. Aquí se sitúa la Constancia con metas CAM.

Estos tres incisos, con toda su complejidad, han sido graficados en su relación con el modelo DHI, en la siguiente figura 1.

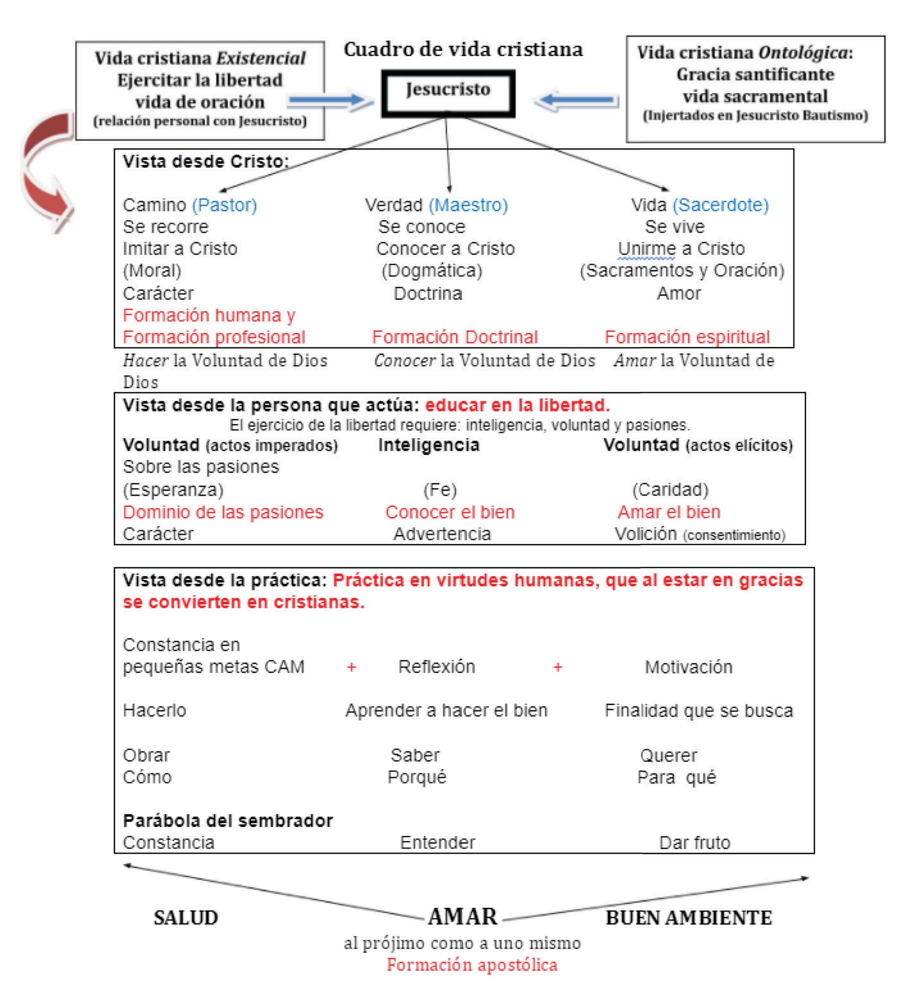


Figura 1 *Planing* de la vida cristiana, Salas, 2015.

Finalmente, si se lleva bien esta formación la persona Ama a todos y busca acercar a los demás a Jesucristo. La salud y el buen ambiente pueden ayudar o, en su ausencia dificultar, el desarrollo de la vida cristiana.

En el modelo DHI se toman en cuanta dos aspectos de la vida cristiana, lo que hace ser al cristiano y lo que vive:

A. La «vida cristiana ontológica» es la vida de la gracia santificante. Así como un individuo nace según su *ser persona* humana, también el ser humano comienza a *ser cristiano* por la recepción de la gracia santificante y su respectivo

incremento mediante los sacramentos y la oración. Más radicalmente, se puede decir que Jesucristo es el *principio* de vida cristiana ontológica.

B. Sobre la vida cristiana ontológica se levanta la «vida cristiana existencial», porque el operar sigue al ser. Jesucristo es el modelo de acción para que el cristiano ejercite libremente sus facultades: la inteligencia para conocerlo; la voluntad para amarlo, y el resto de facultades para demostrar ese amor. Si alguna facultad falla en su cometido, habrá una deficiencia en la vida cristiana.

Para comprender mejor lo que implica una «vida cristiana existencial» en la tabla 1 se presentan tres tipos de deficiencias en el ejercicio de las facultades humanas (inteligencia, voluntad y todas las demás facultades imperadas por la voluntad) con respecto a Jesucristo.

Tabla 1 Retos del actuar según Jesucristo, elaboración propia.

Tipos de cristiano	¿Conoce a Cristo?	¿Ama a Cristo?	¿Actúa como Cristo?	Comentarios
El cristiano *bondadoso*	Sí	Sí	No	Hablan "bonito", aman de palabra, pero no de obra, falta coherencia porque falta carácter. «No solo el que diga Señor, Señor entrará en el Reino… sino el que cumple la voluntad de mi Padre» (Mt 7, 21-23).
El cristiano *obligado*	Sí	No	Sí	Actúan porque así está mandado. Si faltar a Misa no fuera pecado mortal, no irían. Moral de mínimos. Cuando se cansan de "ser buenos" se van al otro extremo.
El cristiano de *la fe del carbonero*	No	Sí	Sí	Por educación aman a Dios y se comportan como les han enseñado, pero no entienden lo que viven. Algunos terminan separándose de la Iglesia o los convence fácilmente un líder populista.
El auténtico cristiano	Sí	Sí	Sí	Está enamorado de Jesucristo y por eso no cesa de conocerlo y de esforzarse para vivir con Él, en Él, por Él. «Tierra buena y dieron fruto: unas cien, otras sesenta, otras treinta» (Mt 13, 8)

3.3. Creación del modelo DHI

Lo que se describe en esta sección es el proceso de creación (en cuatro etapas) del modelo DHI, en tanto método educativo eficaz para la formación de hábitos y virtudes cristianas que conforman el carácter.

3.3.1 Etapa 1: ANTECEDENTES (1985-1995)

Esta primera década se caracteriza por proponer un primer remedio a la dispersión y la inconstancia en la formación de virtudes en ámbito escolar (Salas 2003a, 2003b); e implementar el modelo denominado *trayectoria* constituido por la constancia en pequeñas metas orientadas a la virtud más necesaria para el interesado (escolares o adultos) y susceptible de ser medida en plazos (diario, semanal, mensual y anual), según el concepto de «plano inclinado» (Escrivá, 1973: n. 75).

3.3.2 Etapa 2: ESTRUCTURACIÓN (1995-2005)

En la segunda década se logró la sistematización del modelo DHI, reflejada en los primeros dos productos: el programa PICAE (Personal, Integral, Concreto, Ascendente, Eficaz), para formar en piedad, doctrina y virtud, con sus instrumentos de diagnóstico, planeación, y ejecución (15 manuales y colección de 20 libros *Para ser feliz, forjando valores* para alumnos y profesores de 10 grados de preescolar y primaria, ECA, 2001-2006). El asunto mereció el interés del gobierno de Aguascalientes, puesto que dirigió, en el curso 2003-04, una prueba piloto del libro de 3º grado de primaria en 20 escuelas públicas. La documentación, los manuales y la colección de libros posibilitó la implementación del programa PICAE durante 7 años (2001-2007) en 7 colegios de 5 ciudades del país. Las evaluaciones coincidieron en una conclusión: el gran reto es que el profesor logre dar seguimiento a las metas.

3.3.3 Etapa 3: DESARROLLO (2005-2010)

Durante los cinco años siguientes, un equipo interdisciplinario elaboró los 6 libros de secundaria. DHI impulsó la fundación de una editorial: EDUMÁS. Por su parte, el programa PICAE mejoró –con los resultados de las evaluaciones semestrales de directivos y profesores– al punto de transformarse en un nuevo programa: el Sistema Operativo de Formación Integrado (SOFI). En 2007 se creó la *sociedad civil* SOFI para trabajar simultáneamente en múltiples colegios y, así: 1) orientar las estructuras administrativas a la formación de virtudes; 2) introducir programación docente a través de la «clase SOFI» semanal; 3) enriquecer el programa con enfoque centrado en Jesucristo; 4) dar continuidad con una plataforma de capacitación en línea; y 5) monitorear la correcta implementación del modelo mediante capacitaciones, talleres para madres de familia (*Remando juntas*), reuniones periódicas de evaluación con los responsables, encuestas y test para alumnos (2018, Informe SOFI - Templeton: 41-44). El modelo DHI estaba consolidado: durante más de una década (2001-2010) había operado sistemáticamente con programas bien documentados y con comprobada eficacia práctica (PICAE y SOFI) en una decena de colegios que lo mantenían al cabo de los años.

3.3.4. Etapa 4: INSTITUCIONALIZACIÓN Y DIFUSIÓN (2011-2021)

Diez informes anuales (2011-2020), publicados en la web de DHI A.C., registran lo más visible de su actividad. Como A.C., DHI se ha podido afiliar a organismos civiles, laborales, científicos que fortalecen su actividad. El foco de difusión es el ámbito escolar (en 2020 SOFI atiende 12 escuelas, 2 en Guatemala). Pero el modelo DHI ha llegado también a instituciones políticas (Gobiernos de Aguascalientes, Jalisco y Sonora), empresas lucrativas (Ford, Coppel), corporaciones empresariales (COPARMEX, USEM) y organizaciones civiles (Fundación ALARUM y VIFAC A.C.).

La creación de la web «Salud, Valores y Deportes» ha permitido una difusión masiva del modelo. El caso de la empresa Coppel presenta especial interés metodológico porque la estructura escolar del *aula* (compuesta por la autoridad del profesor que propone metas, las explica y anima a vivirlas a un grupo de alumnos) ha logrado una proyección empresarial, gracias a su buen sistema de gerentes de los cuales dependen grupos de unos 25 trabajadores. Para suplir el uso de los libros escolares, se han ofrecido con éxito 224 pequeños artículos (10 líneas de extensión) que explican razones para vivir hábitos saludables a través de la circular semanal de la empresa. La encuesta respondida por 52 gerentes (de un universo de 90), ubicados en 23 regiones del país, comprueba las dimensiones de la recepción que ha tenido el programa (Coppel, 2016). En los últimos años el programa IMPULSA ha incorporado a la labor de DHI los lineamientos de la norma más reciente de México (NOM 035) para la promoción de entornos laborales sanos.

4. INTEGRACIÓN DEL MODELO DHI

El modelo bio-psico-social utilizado por las ciencias sociales, confirma de nuevo la estructura de la agencia humana señalada por la filosofía clásica. Esta coincidencia manifiesta que la unidad del ser humano, la integración de sus dimensiones, es posible gracias a la fuerza transformadora del amor; una fuerza liberadora que nos ha ganado Cristo en la cruz, tal como muestra la figura 2.

La filosofía clásica explica los elementos de la figura -sentidos, inteligencia y voluntad- exponiendo que el conocimiento, originado a través de los sentidos, se tamiza en la inteligencia, moviendo a la persona a actuar. Además, la vida de la gracia penetra con las virtudes teologales – Fe, Esperanza y Caridad– esas facultades. La visión sistémica muestra a la persona interactuando en su nicho ecológico, en el ambiente o ámbitos de su vida, donde necesita del tiempo –constancia dentro de las coordenadas espacio temporales– para conformar sus hábitos o estilos de vida.



Figura 2 Fórmula DHI integra virtudes teologales con dimensiones personales, Alonso-Stuyck 2021

5. DISCUSIÓN

La intención de crear un modelo eficaz en la formación de hábitos ha seguido una trayectoria mucho más fructífera de lo que podría imaginarse en 1985. La historia del modelo DHI, animada por un constante esfuerzo de evangelización práctica, es un punto de encuentro entre un marco teórico clásico de la acción libre, las virtudes y el proceso de adquisición de los hábitos, con el ejercicio educativo contemporáneo y sus posibilidades científicas y tecnológicas. La aplicación práctica ha dejado ver sobradamente las virtualidades del marco teórico básico, es decir, la estructura clásica del acto libre: interiormente originado tanto en la advertencia racional (reflexión) como en el acto voluntario (motivación), y expresado exteriormente en la realización de la obra (constancia en metas pequeñas). El análisis fenomenológico de la evolución temporal de esa estructura permite al modelo DHI ofrecer orientaciones para superar las dificultades en el proceso. Sería interesante comprobar empíricamente ese mismo proceso con estudios longitudinales.

Además de la teoría clásica, DHI ha integrado en su marco teórico los más recientes estudios sobre salud pública que confirman la tesis de Pieper (1988) de que la carencia de templanza es autodestructiva. En efecto, la falta de hábitos saludables es la principal causa de las más frecuentes enfermedades mortales. De ahí que los esfuerzos de DHI en adultos se han direccionado hacia la adquisición de hábitos saludables.

Las sinergias entre la teoría y la práctica, que caracterizan a los resultados de DHI abren una línea de investigación sobre las posibilidades educativas prácticas de la intensa y larga tradición filosófica clásica, de raíz griega y cristiana. Por ejemplo, cabría explorar las consecuencias educativas del concepto de virtud como orden en el *amor* (San Agustín); o la articulación de las virtudes cardinales como elementos estructurales del acto plenamente libre (S. Tomás de Aquino). Estas posibilidades aquí están solamente apuntadas y, por tanto, necesitadas de una clarificación rigurosa. Si así fuera, el modelo DHI constituiría un referente para aspectos nucleares de la formación de la personalidad: el amor y la libertad.

La formación en buenos hábitos (físicos o morales), objeto propio de DHI, encuentra en el amor, supremo acto de libertad, un sentido último que les dota de unidad. Educar en el carácter no consiste en coleccionar virtudes sino fortalecer la capacidad de amar. Desde esta perspectiva, se entiende mejor el sentido de la siguiente advertencia: «el hombre […] no puede encontrar su propia plenitud si no es en la entrega sincera de sí mismo a los demás» (Gaudium et Spes, 1965: n. 24).

6. CONCLUSIONES

El modelo DHI se ha propuesto un reto ambicioso: transformar una sociedad. No bastan las campañas esporádicas evaluadas periódicamente. Hay que buscar un cambio cultural. Para ello, DHI ha llegado a personas singulares a través de sus correspondientes núcleos sociales. Su labor ha comenzado con el ámbito social privilegiado para la formación de hábitos: la escuela. Y desde ahí, ha llegado en mayor o menor medida a familias, órganos de gobierno político, organizaciones civiles y empresas. En el presente texto, se han señalado las dificultades que enfrenta cualquier modelo educativo, y cómo DHI ha intentado superarlas tanto en su estructuración como en la evolución de los programas específicos donde se ha aplicado. La presente descripción sobre DHI espera integrarse al diálogo científico entre los que trabajan por la educación del carácter indispensable para una vida cristiana coherente.

7. BIBLIOGRAFÍA BÁSICA

1965, Gaudium et Spes. https://www.vatican.va/archive/hist_councils/ii_vatican_council/documents/vat-ii_const_19651207_gaudium-et-spes_sp.html

1988, Pieper, J., *Las virtudes fundamentales*, Ediciones Rialp - Grupo Editor Quinto Centenario, Bogotá, 1988. / 8º ed., 2003, 576 pp.

1997, Armenta, A., “Etapas del proceso de adquisición de un hábito en el ámbito práctico-práctico (agere)”, inédito, archivo DHI, 5 pp.

1997, Juan Pablo II et al., *Catecismo de la Iglesia Católica*. Vaticano. Recuperado de: Catecismo de la Iglesia Católica, Índice general (vatican.va)

1997, Catecismo de la Iglesia Católica https://www.vatican.va/archive/catechism_sp/index_sp.html

1999, Armenta, A., *El amor humano, reflexiones sobre el pensamiento de Karol Wojtyla*, Universidad Panamericana, México, 391 pp.

1999, Armenta, A., “Breve lección de antropología”, inédito, archivo DHI.

1999, Llano, C., *La formación de la inteligencia, la voluntad y el carácter*, Trillas, México, 202 pp.

2003a, Salas, A., “Preceptoría: diagnóstico y trayectoria”, archivo DHI, 41 pp.

2003b, Salas, A., “Manifestaciones de virtudes: 1.225 indicadores de las cuatro virtudes cardinales: templanza 401; fortaleza 341; justicia 223; prudencia 160”, inédito, archivo DHI.

2004, Lickona, T. *Character matters: how to help our children develop good judgment, integrity, and other essential virtues*, Simon & Schuster. New York.

2008, Fundación Ford, *Conclusiones finales del estudio de Ford*, archivo DHI.

2010, https://www.desarrollohumanointegral.org/resources/etapashabito.pdf

2011-2020, *Informes anuales* <http://www.desarrollohumanointegral.org/informesanuales.php>

2016, II.8, EDUMÁS, “Carta informe de la Organización Educativa Más S.A. de C.V.” <http://www.desarrollohumanointegral.org/images/edumas.jpg>.

2016, Coppel, “Informe de gerentes”, inédito, archivo DHI, 9 pp.

2017, Alonso-Stuyck, P. “Educación para la equidad y el Know How de DHI”, Colloquia Revista de pensamiento y cultura, vol. 4, 45-55.

2018, Salas, A., “Entrevista: origen y desarrollo de DHI”, inédita, archivo DHI, 21 pp.

2018, Informe SOFI del Liceo Thezia, Premios Templeton, 48 pp.

2021, Alonso-Stuyck, P. “Estilos educativos parentales. Forjando tejedores de relaciones”, en *Antropología cristiana y ciencias de salud mental.* Dykinson, 401-419.

8. BIBLIOGRAFÍA DE REFERENCIA

2011, Durlak, J. A., et al., "The impact of Enhancing Students's Social and Emotional Learning: A Meta-Analysis of School-Based Universal Interventions", Child Development vol. 82, n. 1, Raising Healthy Children (Jan-Feb), pp. 405-432.

1973, Escrivá, J., *Es Cristo que pasa*, <www.escrivaobras.org>

2017, Kristjánsson, K. et al., "A new approach to measuring moral virtues: The Multi-Component Gratitude Measure", *Personality and Individual Differences* 107, pp. 179-189.

2015, The Jubilee Center for Character and Virtues, "Statement on Teacher Education and Character Education", University of Birmingham.

https://www.jubileecentre.ac.uk/userfiles/jubileecentre/pdf/character-education/Statement_on_Teacher_Education_and_Character_Education.pdf

PARTE V.
ESTUDIOS SOBRE VIRTUD, SALUD Y BIENESTAR PSICOLÓGICO

CAPÍTULO 17
EL PAPEL DE LA VIRTUD HUMANIDAD EN EL BIENESTAR PSICOLÓGICO DE ABUELOS QUE CUIDAN DE SUS NIETOS

Cristina Noriega[1]
cristina.noriegagarcia@ceu.es
Leyre Galarraga[1]
leyre.galarragacristobal@ceu.es
Javier López[1]
jlopezm@ceu.es
Cristina Velasco[1]
cristina.velascovega@ceu.es
Gema Pérez-Rojo[1]
gema.perezrojo@ceu.es
Isabel Carretero[1]
mariaisabel.carreteroabellan@ceu.es
Patricia López Frutos[1]
patricia.lopezfrutos@beca.ceu.es
[1]*Departamento de Psicología y Pedagogía. Facultad de Medicina.*
Universidad San Pablo-CEU, CEU Universities

1. INTRODUCCIÓN

El envejecimiento de la sociedad occidental ha generado cambios en las relaciones familiares, entre los que destaca el cada vez más prolongado periodo de

vida compartido entre abuelos y nietos (Leopold & Skopek, 2015; Margolis, 2016). Además, los diferentes cambios sociodemográficos acontecidos en los últimos años han dado lugar a una mayor implicación de los abuelos en la crianza y educación de sus nietos, ejerciendo un apoyo instrumental, emocional y económico fundamental para sus familias (Triadó et al., 2014). En palabras del Papa Francisco en el I Congreso Internacional sobre la Pastoral de las Personas Mayores: «en el siglo XXI, la vejez se ha convertido en una de las características de la humanidad» (Francisco, 2020b).

De acuerdo con la última ola de la Encuesta de Salud, Envejecimiento y Jubilación en Europa (SHARE, 2021), en los países del este y sur de Europa, donde se encuadra España, entre el 12% y el 17% de los abuelos se encargan del cuidado diario de sus nietos. Este creciente apoyo de los abuelos a las familias como cuidadores de los nietos ha dado lugar a un gran interés por conocer cómo afecta este rol a los abuelos (Di Gessa et al., 2020).

Aunque los abuelos no son responsables de la educación de sus nietos (Cherlin & Furstenberg, 1985), desempeñan numerosas funciones en sus familias relacionadas con la socialización de éstos. De acuerdo con el IMSERSO (2016, 2018), destacan las siguientes funciones que cumplen los abuelos españoles con sus familias y, en concreto, con sus nietos: disfrutar con los nietos, prestar apoyo emocional, dar apoyo económico, favorecer la cohesión familiar, cuidar, aconsejar, ayudar en las tareas domésticas y transmitir la historia familiar (Rico et al., 2001).

La Iglesia ha repetido reiteradamente la importancia de los abuelos, prestando especial atención a su gran riqueza desde el punto de vista humano y social, así como desde el punto de vista religioso y espiritual. El Papa Francisco, en su Carta Encíclica Fratelli tutti, expuso lo necesario que es para los jóvenes el contacto con sus abuelos, quienes les enriquecen con su sabiduría y les conectan con sus raíces (Francisco, 2020a). En ello mismo incidió en la Jornada Mundial de la Juventud de Río de Janeiro, donde aseguró que los abuelos son como «el buen vino» de la sociedad y pidió que «el Señor bendiga a los abuelos» y les permita «envejecer con sabiduría y con dignidad» para poder transmitírsela a los demás.

Anteriormente, Benedicto XVI había señalado al final de la XVIII Asamblea Plenaria del Consejo Pontificio para la Familia, que tuvo por tema «Los abuelos: Su testimonio y su presencia en la familia» (Benedicto XVI, 2008):

> Ojalá que, bajo ningún concepto, sean excluidos del círculo familiar. Son un tesoro que no podemos arrebatarles a las nuevas generaciones, sobre todo cuando dan testimonio de fe. ¿Quién no recuerda a sus abuelos? ¿Quién puede olvidar su presencia y su testimonio en el hogar? ¡Cuántos de nosotros llevan su nombre como signo de continuidad y de gratitud!

De igual modo, la Iglesia ha tratado de dar el valor necesario a las personas mayores. En el I Congreso Internacional sobre la Pastoral de las Personas Mayores el Papa Francisco señalaba (Francisco, 2020b):

La vejez corresponde hoy a diferentes estaciones de la vida: para muchos es la edad en que cesa el compromiso productivo, disminuye la fuerza y aparecen signos de enfermedad, necesidad de ayuda y aislamiento social; pero para muchos es el comienzo de un largo periodo de bienestar psicofísico y de liberación de las obligaciones laborales; la sociedad civil necesita valores y significados para la tercera y cuarta edad.

Pese a que en la sociedad actual prevalece la concepción negativa del envejecimiento, el cristianismo lo presenta como una bendición y un privilegio. Las palabras del Papa Francisco conectan con el concepto del envejecimiento exitoso, siendo la abuelidad uno de los acontecimientos más significativos de la adultez media y avanzada, con el que muchos abuelos experimentan una reafirmación de su vida (Di Gessa et al., 2020). En línea con esta afirmación, Erikson (2000) explicaba que la tarea a resolver en la edad adulta avanzada es la integridad del yo (etapa VIII), lo que implica la aceptación del yo y del ciclo de vida, y cuyo logro permitiría adquirir la virtud de la sabiduría. Aunque la generatividad debe lograrse en la edad adulta media, también es un aspecto central para lograr la integridad del ego en la edad adulta, y por ello Erikson et al. (1986) introdujeron el término "gran generatividad" (también denominado generatividad en la vejez). La experiencia de integridad en la edad adulta tardía se puede alcanzar cuando las actividades y las relaciones interpersonales están orientadas a ayudar a los demás y a mostrar interés en perpetuar sus conocimientos y valores a lo largo de las generaciones futuras, lo que, a su vez, puede aumentar el propósito vital del individuo (Villar, 2012). En este sentido, muchos abuelos pueden alcanzar altos niveles de generatividad a través de la transmisión de su legado a sus nietos (valores, sabiduría, experiencia) y de los cuidados brindados, lo cual a su vez se relaciona con mayores niveles de crecimiento personal, que es una de las seis dimensiones del bienestar psicológico (Noriega et al., 2020).

Esta tendencia a darse a los demás se relaciona con la virtud humanidad, la cual es una de las seis virtudes descritas por Peterson y Seligman (2004) en su modelo VIA. Las virtudes-fortalezas son descritas como la habilidad natural por la cual los pensamientos, sentimientos y comportamientos permiten al individuo alcanzar sus metas. Además, ayudan a la persona a adaptarse a las dificultades y alcanzar su potencial (Peterson & Seligman, 2004), lo que puede favorecer el envejecimiento exitoso, incrementar los niveles de bienestar y favorecer relaciones intergeneracionales satisfactorias. Numerosas investigaciones han relacionado las fortalezas del carácter con el bienestar psicológico, el bienestar subjetivo y diversos indicadores de salud física y mental (Peterson & Seligman, 2004; Ramírez et al., 2015), variables que a su vez se han asociado con la percepción de relaciones más satisfactorias con los nietos (Noriega, 2015). Asimismo, las fortalezas del carácter se asocian con la creación y el mantenimiento de relaciones sociales que son cruciales para la persona (Martínez-Martí et al., 2014; Ramírez et al., 2015), como pueden ser los vínculos con los nietos. Concretamente en la relación abuelo-nie-

to, los abuelos pueden beneficiarse de sus fortalezas como recursos para afrontar adecuadamente esta relación. Por ejemplo, pueden ayudarles a establecer límites, dialogar con sus nietos, gestionar conflictos o adaptarse a las diferencias generacionales. Las fortalezas del carácter pueden favorecer la construcción de un estilo educativo democrático, el más beneficioso tanto para los nietos (Viguer et al., 2010) como para los abuelos (Noriega et al., 2020).

Centrándonos en la virtud objeto de este estudio, la humanidad es descrita como la capacidad de cuidar las relaciones con los demás. Está conformada por las fortalezas amor (construir relaciones estrechas y recíprocas de cuidado con los demás), bondad e inteligencia emocional (ofrecer ayuda y hacer favores a los demás al percibir sus necesidades y emociones) e inteligencia social (prestar consideración a las emociones de los demás y saber adaptarse a diferentes situaciones) (Peterson & Seligman, 2004).

La tradición cristiana está estrechamente ligada a la virtud humanidad. El Papa Francisco la define como «saber mostrar ternura, familiaridad y cortesía con todos», y señala la necesidad de mostrar afecto, empatía y amabilidad en las relaciones con los demás en la sociedad actual. Además, defiende la importancia de desarrollar esta virtud: «espiritualidad y humanidad, aun siendo cualidades innatas, son sin embargo potencialidades que se han de desarrollar integralmente, alcanzar continuamente y demostrar cotidianamente» (Francisco, 2015).

Ante el desconocimiento de investigaciones que estudien el papel de la virtud humanidad en el bienestar psicológico de los abuelos que cuidan de sus nietos, se ha ampliado la búsqueda bibliográfica a aquellas investigaciones que analizan la relación entre humanidad y bienestar en personas mayores, aunque son igualmente escasas. Únicamente se ha encontrado un estudio que evalúa la relación entre la virtud humanidad y el bienestar subjetivo (satisfacción con la vida, felicidad, y afectividad positiva y negativa) en una muestra de personas mayores. En este sentido, Ramírez et al. (2015) hallaron correlaciones significativas y positivas, por un lado, entre la fortaleza amor y la satisfacción con la vida y, por otro, entre la fortaleza inteligencia social y la satisfacción con la vida y el afecto positivo. Seguidamente, realizaron un análisis de regresión para conocer en qué medida estas fortalezas predicen el bienestar subjetivo, obteniendo los siguientes resultados: (1) la única fortaleza que predice el afecto positivo es la inteligencia social, (2) la fortaleza amor, junto con entusiasmo, disfrute de la belleza y gratitud, predice la satisfacción con la vida y (3) ninguna de las fortalezas de la virtud humanidad predice la felicidad.

Por otra parte, no se ha encontrado ninguna investigación que evalúe la relación entre la virtud humanidad y el bienestar psicológico (concepto relacionado con la auto-realización) ni en personas mayores ni en abuelos. Partiendo de lo anterior, se planteó desarrollar esta investigación para cubrir la escasa literatura siguiendo el método científico en este campo, estableciendo como el objetivo principal analizar la influencia de la virtud humanidad en el bienestar psicológico de abuelos que cuidan de sus nietos.

2. MÉTODO

2.1. Participantes

El criterio de inclusión para participar en este estudio era ser abuelo con nietos entre 6 y 12 años y residir en España. Un total de 300 abuelos participaron en el estudio, cuya edad promedio fue 71,55 años (*DT* = 7,32) y el 63,9% eran mujeres. Además, se observó una mayor proporción de participantes casados, jubilados, de clase social media, con estudios superiores y residentes en la Comunidad de Madrid (Tabla 1).

Tabla 1.
Características sociodemográficas de la muestra de abuelos

		%/ M (DT)
Edad		71,55 (7,32)
Sexo		
	Mujer	56,0
	Hombre	44,0
Estado civil		
	Casado	71,3
	Viudo	24
	Divorciado/Separado	4,3
	Soltero	0,4
Nivel socioeconómico		
	Media-alta	27,3
	Media	61,3
	Media-baja	11,4
Nivel de estudios		
	Sin estudios	11,3
	Estudios Primarios	29,7
	Estudios Secundarios	20,7
	Universitarios	38,3
Situación laboral actual		
	Trabajador a tiempo completo	6
	Trabajador a tiempo parcial	5
	Parado	7
	Ama de casa	20
	Jubilado	62

2.2. Variables e Instrumentos

2.2.1. Variables sociodemográficas del abuelo

Edad, sexo (0= varón; 1= mujer), situación laboral (0= trabaja a tiempo completo; 1= trabaja a media jornada; 2= desempleado; 3= ama de casa; 5= jubilado), estado civil (0= casado; 1= viudo; 2= divorciado-separado; 4= soltero), nivel socioeconómico (0=medio-bajo; 1=medio; 2= medio-alto) y nivel de estudios (0= sin estudios; 1= estudios primarios; 2= estudios secundarios; 3= estudios universitarios).

2.2.2. Variables intergeneracionales

Se le pedía a los abuelos que escogieran al nieto con el que pasaban más tiempo para contestar a los siguientes ítems: edad y sexo del nieto (0= varón; 1= mujer), relación de parentesco (0= materno; 1= paterno), distancia entre las viviendas abuelo-nieto (0= misma vivienda; 1= mismo barrio; 2= misma provincia; 3= distinta provincia; 4= distinto país), frecuencia de contactos con el nieto (0= diaria; 1= semanal; 2= 1-3 veces al mes; 3= 1-12 veces al año; 4= nunca), percepción de agradecimiento (0= mucho; 1= bastante; 2= poco; 3= nada) y calidad de la relación abuelo-nieto (0= muy buena; 1= buena; 2= regular; 3= mala) y deseo de pasar más tiempo con el nieto (0= no; 1= sí). Para analizar las motivaciones hacia el cuidado se partió de una adaptación realizada por Noriega (2015) de la Escala Revisada de Justificaciones Culturales para el Cuidado (CJCS-R, Romero-Moreno et al., 2011), la cual incluye un listado de motivaciones con respuestas dicotómicas (0= no; 1= sí) que posteriormente son agrupadas en dos subescalas: motivaciones intrínsecas (deseo de contribuir a la familia, sentimiento de utilidad y deseo de estrechar vínculos familiares) y extrínsecas (sentimientos de obligación, percepción de no tener otra opción y dificultades de los hijos).

2.2.3. Humanidad

Se aplicó el inventario de recursos psicológicos (IRP-77; Martínez, 2007). Se trata de un cuestionario formado por 77 ítems agrupados en 14 dimensiones: optimismo, sentido del humor, espiritualidad, valor, perdón, creatividad, vitalidad, justicia, autocontrol, inteligencia emocional, solución de problemas, amar y dejarse amar, mentalidad abierta e inteligencia social. En este estudio concreto, se administraron las subescalas amar y dejarse amar, inteligencia emocional e inteligencia social, ya que son las que forman parte de la virtud humanidad descrita por Peterson y Seligman (2004). Como resultado, se administró un total de 10 ítems. Las respuestas de los ítems tienen un formato tipo Likert que van de 0 (totalmente

en desacuerdo) a 3 (totalmente de acuerdo). En este estudio se ha encontrado un alto índices de fiabilidad en la escala total (Alpha de Cronbach= 0,94).

2.2.4. Bienestar Psicológico

Se empleó la versión de 54 ítems de la Escala de Bienestar Psicológico de Ryff (1991), validada al castellano por Triadó et al. (2007). La escala combina ítems redactados de forma afirmativa y negativa. El formato de respuesta es de tipo Likert, yendo de 1 (totalmente de acuerdo) a 6 (totalmente en desacuerdo). Incluye seis subescalas (autoaceptación, relación positiva con los otros, autonomía, dominio del entorno, propósito en la vida y crecimiento personal), observándose una adecuada consistencia interna en esta muestra tanto en la escala total (Alpha de Cronbach = 0,94), como en las subescalas (Alpha de Cronbach de 0,61 a 0,71).

2.3. Análisis de datos

Se realizaron ANOVAs de un factor, pruebas t-Student y correlaciones de Pearson para estudiar diferencias de medias en la virtud humanidad en función de las distintas variables sociodemográficas e intergeneracionales. Asimismo, se llevaron a cabo correlaciones de Pearson y regresiones lineales entre la virtud humanidad y las dimensiones del bienestar psicológico. Se utilizó el paquete estadístico SPSS.27 para analizar los datos.

2.4. Procedimiento

El estudio fue, en primer lugar, aprobado por el Comité de Ética de la Universidad CEU San Pablo. Se utilizó la técnica de muestreo bola de nieve para recolectar los participantes contactando con colegios de educación primaria, centros, asociaciones y organizaciones de personas mayores localizados en distintas regiones de España. A aquellos interesados en participar, se les informaba de los objetivos del estudio, posteriormente, se les entregaba el consentimiento informado y, por último, se les entregaba el cuestionario, el cual debían de responder de manera auto-aplicada.

3. RESULTADOS

Al analizar las variables intergeneracionales, la mayoría de abuelos escogía a un nieto varón de alrededor de 8 años, por la línea materna, con el que se mantenían contactos todas las semanas y al que cuidaban un promedio de 16,1 horas semanales (DT = 9,67). Además, la mayoría de abuelos percibía que la relación que

mantienen con el nieto escogido era "muy buena", que sus hijos mostraban "mucho" agradecimiento por los cuidados brindados a los nietos y el 87,3% manifestó un deseo de aumentar la frecuencia de contactos con su nieto. Respecto a las motivaciones hacia el cuidado de los nietos, se observa que los abuelos tenían más motivaciones intrínsecas que extrínsecas (Tabla 2).

Tabla 2.

Variables asociadas al nieto escogido

		%/ M(DT)
Sexo	Mujer	47,7
	Hombre	52,3
Edad		8,73 (2,14)
Parentesco	Materno	61
	Paterno	39
Distancia Viviendas abuelo-nieto	Misma vivienda	5,7
	Mismo barrio	33
	Misma provincia	48,7
	Distinta provincia	10
	Distinto país	2,7
Frecuencia de contactos abuelo-nieto	Diaria	22
	Semanal	51
	1-3 veces/mes	20,3
	1-12 veces/año	6,7
	Nunca	0
Relación abuelo-nieto	Muy buena	83
	Buena	17,7
	Regular	1
	Mala	0
Deseo de aumentar contactos	Sí	87,3
	No	12,7

Al analizar la relación entre la virtud humanidad y las variables sociodemográficas, solo se encontraron diferencias significativas en función del sexo del abuelo (t = 2,305; $p \leq$,05), observándose mayores puntuaciones en las mujeres (M = 21,93; DT = 3,86) frente a los varones (M = 20,91; DT = 3,67). En contraste, el

nivel socioeconómico, el nivel de estudios, el estado civil y la edad no mostraron ninguna relación con esta virtud.

Respecto a las variables intergeneracionales, solo se encontraron diferencias en la percepción de agradecimiento por parte de los hijos cuando se quedaban al cuidado de los nietos ($F = 3{,}916$; $p \leq ,009$), siendo las puntuaciones superiores cuanto mayores eran los niveles de humanidad. En cambio, el parentesco, el sexo y la edad del nieto escogido, la relación con los nietos, el deseo de pasar más tiempo con los nietos y las motivaciones hacia el cuidado, no se asociaron con los niveles de virtud humanidad del abuelo.

Al analizar la relación entre la virtud humanidad y el bienestar psicológico de los abuelos se encontraron correlaciones significativas y positivas entre humanidad y relaciones positivas ($r = ,223$; $p \leq ,001$), crecimiento personal ($r = ,247$; $p \leq ,001$) y bienestar psicológico total ($r = ,269$; $p \leq ,001$). En cambio, no se observó ninguna correlación de la humanidad con las dimensiones del bienestar psicológico autonomía, autoaceptación, dominio del ambiente y propósito vital.

Por último, las regresiones mostraron un impacto significativo de la virtud humanidad en crecimiento personal ($F = 18{,}55$; $p \leq ,001$), relaciones positivas ($F = 14{,}97$; $p \leq ,001$) y bienestar psicológico total ($F = 22{,}23$; $p \leq ,001$).

4. DISCUSIÓN

El objetivo de este estudio fue analizar la relación entre la virtud humanidad y las distintas dimensiones de bienestar psicológico en abuelos con nietos entre 6 y 12 años, residentes en España. Asimismo, se analizó la relación entre la virtud humanidad, las variables sociodemográficas del abuelo y las variables intergeneracionales.

Los resultados mostraron que, cuanto mayor es la puntuación en la virtud humanidad, mayores son los niveles en las dimensiones del bienestar crecimiento personal, relaciones positivas con los demás, y con el bienestar psicológico total. Estos resultados son congruentes con los de Ramírez et al. (2015), quienes hallaron correlaciones significativas y positivas entre las fortalezas amor e inteligencia social y el bienestar subjetivo.

La relevancia de las relaciones personales para el bienestar ha sido una temática igualmente tratada por la Iglesia. Especialmente en el mundo actual, la Iglesia incide en la importancia de la fraternidad, es decir, de la construcción de relaciones familiares y comunitarias sólidas y recíprocas (Benedicto XVI, 2009). El Papa Francisco, en la 47ª Jornada Mundial de la Paz, define la fraternidad como una dimensión esencial de la persona, sin la que resulta imposible vivir de acuerdo al deseo de Dios para la humanidad (Francisco, 2014). Igualmente, Pablo VI muestra cómo solo a través de la fraternidad se alcanza la solidaridad, la caridad y la justicia social (Pablo VI, 1967). El Papa Francisco expone como formas de evitar la pobreza relacional y fomentar la fraternidad: cuidar y proteger a los demás, así

como compartir las alegrías, las dificultades y los logros, a nivel familiar y comunitario (Francisco, 2014).

También es de destacar que se encontró una mayor percepción de agradecimiento por parte de los hijos cuando se quedaban con los nietos al cuidado, a mayores puntuaciones en la virtud humanidad. La literatura presenta la virtud gratitud como un motor moral, evidenciando una relación entre el entrenamiento de la gratitud y un mayor comportamiento prosocial (por ejemplo, una mayor prestación de ayuda y apoyo emocional) (Emmons & McCullough, 2003; McCullough et al., 2001), lo que sería coherente con los resultados de este estudio.

En contra de lo esperado, no se encontraron mejores resultados en la calidad de la relación abuelos-nietos con la virtud humanidad. El alto porcentaje de abuelos que puntuaron en agradecimiento puede explicar estos resultados. Al tratarse de un estudio voluntario, empleando un muestreo por conveniencia, es posible que los abuelos participantes sean aquellos con experiencias más favorables con los nietos y con sus hijos. Asimismo, la variable relación con los nietos solo se evaluó mediante un ítem, lo que puede ser insuficiente para analizar los distintos elementos que la componen. Futuros estudios podrían incluir, por un lado, abuelos con diferentes percepciones de la relación con sus nietos y con sus hijos y, por otro, un análisis más profundo de la variable calidad de la relación abuelo-nieto, añadiendo elementos como la satisfacción con la relación, el significado del rol de abuelo, la comunicación y las competencias percibidas.

Es de destacar las siguientes limitaciones. En primer lugar, el uso de una muestra por conveniencia ha podido dar lugar a que abuelos con experiencias más positivas con sus nietos se ofrecieran a participar en este estudio. Futuros estudios deberían incluir una muestra aleatoria en la que participen abuelos con experiencias diferentes con sus nietos, lo que permitirá realizar comparaciones más exhaustivas. En segundo lugar, al ser un estudio transversal, no es posible hacer inferencias causales. Para ello, es necesario desarrollar estudios longitudinales. En tercer lugar, dado que solo se analizó la virtud humanidad, sería interesante considerar las restantes virtudes del modelo VIA y analizar diferencias entre ellas. En último lugar, es posible que los resultados se hayan visto afectados por la deseabilidad social de los participantes, por lo que se recomienda controlar esta variable en futuros estudios.

A pesar de estas limitaciones, este estudio resulta novedoso, al considerar el papel de la virtud humanidad en las personas mayores y, en concreto, en los abuelos, ya que la literatura existente ha puesto el foco, generalmente, en otras virtudes-fortalezas (por ejemplo, la gratitud y el humor) y otras poblaciones. Los resultados derivados del mismo evidencian la importancia de considerar la virtud humanidad en esta población como un factor protector del bienestar psicológico. Partiendo de lo anterior, puede resultar relevante profundizar en mayor medida en cómo se relacionan estas variables, con el objetivo de desarrollar programas de prevención orientados al desarrollo de esta virtud, para ayudarles a conectar y dialogar con sus

propias emociones y las de sus nietos, así como percibir las dificultades asociadas al cuidado de los nietos como oportunidades de crecimiento y desarrollo.

5. AGRADECIMIENTOS

Nos gustaría agradecer la colaboración de las siguiente entidades: Universidad Permanente UNATE, Colegio Asunción Cuestablanca, Colegio CEU San Pablo Montepríncipe, Colegio CEU San Pablo Sanchinarro, Colegio Fray Luis de León, Colegio Madres Concepcionistas, Colegio José Bergamín, Colegio Gabriel Celaya, Colegio Buero Vallejo, Federación de Asociaciones de Ciudadanos Mayores de la Comunidad Valenciana, Federación de Asociaciones Personas Mayores de Cataluña, Asociación para el Aprendizaje Permanente y Participación Social de las Personas Mayores, Confederación Estatal de Asociaciones y Federaciones de alumnos y ex alumnos de los programas universitarios de mayores, Federación Andaluza de Asociaciones de aulas Universitarias de Mayores, Unión Democrática de Pensionistas, Consejo Aragonés de las Personas Mayores, Espacio Caixa Madrid, Centro de día José Luis SamPedro y Asociación de Abuelos y Abuelas de España.

6. FINANCIACIÓN

Proyecto financiado por líneas identitarias CEU (M02.0401.000.MPI20CN). Universidad CEU San Pablo, CEU Universities.

REFERENCIAS

Benedicto XVI (2008). *XVIII Asamblea Plenaria del Consejo Pontificio para la Familia. Los abuelos: Su testimonio y su presencia en la familia.*

Benedicto XVI (2009). *Caritas in veritate.*

Cherlin, A., & Furstenberg, F. (1985). Styles and strategies of grandparenting. En V. L. Bengston & J. F. Robertson (Eds.), *Grandparenthood* (pp. 97-116). Sage Publications.

Di Gessa, G., Bordone, V., & Arpino, B. (2020). Becoming a grandparent and its effect on well-being: The role of order of transitions, time, and gender. *Journals of Gerontology: Social Sciences, 75*(10), 2250-2262. https://doi.org/10.1093/geronb/gbz135

Emmons, R. A., & McCullough, M. E. (2003). Counting blessings versus brudens: An experimental investigation of gratitude and subjective well-being in daily

life. *Journal of Personality and Social Psychology, 84*(2), 377-389. https://doi.org/10.1037//0022-3514.84.2.377

Erikson, E. H. (2000). *El ciclo vital completado.* Paidós.

Erikson, E. H., Erikson, J. M., & Kivnick, H. Q. (1986). *Vital involvement in old age.* Norton.

Francisco (2014). *47ª Jornada Mundial de la Paz. La fraternidad, fundamento y camino para la paz.*

Francisco (2015). *Discurso de presentación de las felicitaciones navideñas de la Curia Romana.*

Francisco (2020a). *Carta Encíclica Fratelli tutti: Sobre la fraternidad y la amistad social.*

Francisco (2020b). *I Congreso Internacional de Pastoral de los Anciano. La riqueza de los años.*

IMSERSO. (2016). *Informe 2016: Las personas mayores en España* [Archivo PDF]. https://acortar.link/ieTYiK

IMSERSO. (2018). *Informe 2018: Las personas mayores en España* [Archivo PDF]. https://acortar.link/znEdhy

Leopold, T., & Skopek, J. (2015). The demography of grandparenthood: An international profile. *Social Forces, 94,* 801-832. https://doi.org/10.1093/sf/sov066

Margolis, R. (2016). The changing demography of grandparenthood. *Journal of Marriage and Family, 78,* 610-622. https://doi.org/10.1111/jomf.12286

Martínez-Martí, M. L., & Ruch, W. (2014). Character strengths and well-being across the life span: data from a representative sample of German-speaking adults living in Switzerland. *Frontiers in Psychology, 5,* 1253. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2014.01253

Martínez, B. A. (2007). *Desarrollo y validación de un instrumento para la evaluación de los recursos psicológicos: inventario de recursos psicológicos-77 ítems (IRP-77)* [Tesis doctoral, Universidad Autónoma de Madrid]. https://repositorio.uam.es/handle/10486/2036

McCullough, M. E., Kilpatrick, S. D., Emmons, R. A., & Larson, D. B. (2001). Is gratitude a moral affect? *Psychological Bulletin, 127*(2), 249-266. https://doi.org/10.1037/0033-2909.127.2.249

Noriega, C. (2015). *Percepción de los abuelos de la relación con sus nietos: Valores, estilos educativos, fortalezas y bienestar* [Tesis doctoral, Universidad Complutense de Madrid]. https://eprints.ucm.es/id/eprint/31093/

Noriega, C., Velasco, C. & López, J. (2020). Perceptions of grandparents' generativity and personal growth in supplementary care providers of middle-aged grandchildren. *Journal of Social and Personal Relationships, 37,* 1114-1135. https://doi.org/10.1177/0265407519886661

Pablo VI (1967). *Populorum progressio.*

Peterson, C., & Seligman, M.E.P. (2004). *Character Strenghts and Virtues.* Oxford University Press.

Ramírez, E., Ortega, A. R., & Martos, R. (2015). Las fortalezas en personas mayores como factor que aumenta el bienestar. *European Journal of Investigation in Health, 5*(2), 187-195. https://doi.org/10.1989/ejihpe.v5i2.111

Rico, C., Serra, E., & Viguer, P. (2001). *Abuelos y Nietos. Abuelo favorito, abuelo útil.* Ediciones Pirámide.

Romero-Moreno, R., Márquez-González, M., Losada, A., & López, J. (2011). Motives for caring: Relationships to stress and coping dimensions. *International Psychogeriatrics, 23,* 573-582. https://doi.org/10.1017/S1041610210001821

Ryff, C. D. (1991). Possible selves in adulthood and old age: A tale of shifting horizons. *Psychology and Aging, 6,* 286-295. https://doi.org 10.1037//0882-7974.6.2.286

SHARE (29 de septiembre de 2021). *La encuesta de salud, envejecimiento y jubilación en Europa.* https://www.share.cemfi.es/index.asp?menu=1

Triadó, C., Villar, F., Celdrán, M., & Solé, C. (2014). Grandparents who provide auxiliary care for their grandchildren: Satisfaction, difficulties, and impact on their health and well-being. *Journal of Intergenerational Relationships, 12,* 113-127. https://doi.org/10.1080/15350770.2014.901102

Triadó, C., Villar, F., Solé, C., & Celdrán, M. (2007). Construct validity of Ryff's scale of psychological well-being in Spanish older adults. *Psychological Reports, 100,* 1151-1164. https://doi.org 10.2466/PR0.100.3.1151-1164

Viguer, P., Meléndez, J. C., Valencia, S., Cantero, M. J., & Navarro, E. (2010). Grandparent-grandchild relationships from the children's perspective: Shared activities and socialization styles. *The Spanish Journal of Psychology, 13,* 708–717. https://doi.org/10.1017/S1138741600002377

Villar, F. (2012). Successful ageing and development: the contribution of generativity in older age. *Ageing and Society, 32,* 1087-1105. https://doi.org/10.1017/S0144686X11000973.

CAPÍTULO 18
LA GRATITUD EN LOS PADRES DE NIÑOS CON CÁNCER

Cristina Velasco[1]
cristina.velascovega@ceu.es

Cristina Noriega[1]
cristina.noriegagarcia@ceu.es

Javier López[1]
jlopezm@ceu.es

[1]*Departamento de Psicología y Pedagogía. Facultad de Medicina. Universidad San Pablo-CEU*

1. INTRODUCCIÓN

1.1. Los padres de niños con cáncer

El cáncer infantil es una enfermedad larga en la vida del niño y de su familia que requiere una atención muy especializada y compleja. Los padres son los que, normalmente, se ocupan del cuidado del hijo enfermo antes, durante y después de la enfermedad. En este sentido, López-Ibor (2009) explica cómo la atención integral al cáncer infantil requiere de la interacción de distintas disciplinas (medicina, enfermería, fisioterapia, psicología, educación, voluntariado, atención espiritual, etc.) con el objetivo de cuidar y curar desde el diagnóstico hasta la supervivencia a largo plazo o la muerte, poniendo al niño y a su familia el centro del trabajo.

Los padres de niños con cáncer comienzan este camino desconocido el día del diagnóstico de la enfermedad de su hijo, y, a partir de ahí, necesitan reorganizar sus vidas. Los padres son el principal apoyo del niño, asumen todas las responsabilidades en el día a día y juegan un papel fundamental en como el niño se adapta al diagnóstico (Long & Marsaland, 2011).

La mayoría de los estudios realizados con padres de niños con cáncer se han centrado en las consecuencias negativas que tiene la enfermedad, pero también hay estudios que señalan la resiliencia y las fortalezas que la familia muestra en esos momentos (López et al., 2019).

2. AFRONTAMIETO EN LOS PADRES DE NIÑOS CON CÁNCER

El afrontamiento se puede definir como la respuesta que una persona tiene ante una situación que percibe como una amenaza. Desde el modelo de Lazarus y Folkman (1986, p.164) el afrontamiento es definido como "aquellos procesos cognitivos y conductuales constantemente cambiantes que se desarrollan para manejar las demandas específicas externas y/o internas que son evaluadas como excedentes o desbordantes de los recursos del individuo". La persona moviliza sus recursos internos y externos, generando nuevas capacidades que le llevan a modificar su entorno y/o la interacción con él.

En concreto, los padres de niños con cáncer ponen en marcha estrategias como la expresión emocional, ofrecer apoyo, facilitar información, buscar comprensión a lo que está pasando y reformulación cognitiva. Con ellas tratan de aceptar la situación y promover el sentido a la experiencia del hijo, a la vez que intentan continuar con su vida (López & Rodríguez, 2007; López et al., 2021). Tareas de tipo práctico como puede ser dar las medicinas, tomar decisiones en del día a día y refugiarse en las creencias religiosas son las estrategias de afrontamiento más eficaces. En este sentido, la ayuda que reciben de los demás, el cuidado físico y psicológico y que la familia esté unida son algunos de los factores que promueven las habilidades de afrontamiento en padres de niños con cáncer (Hildenbrand et al., 2014).

3. LA GRATITUD

La gratitud es una virtud relacionada con algunas disposiciones emocionales que generan de alguna manera bienestar. En este sentido desde el modelo de las fortalezas del carácter y en las virtudes de Peterson & Seligman (2004) la gratitud es una de las fortalezas que permite desarrollar la virtud de la trascendencia.

La gratitud se puede definir como capacidad para reconocer los aspectos buenos, los dones del pasado y del presente en la vida y dar significado a la existencia. Además, hay autores que señalan la relación entre salud mental y dedicar

un tiempo para expresar el agradecimiento (Emmons & McCullough, 2003). En este sentido, Roberts (2004) profundiza sobre la diferencia entre una emoción de agradecimiento (episodio concreto) y la gratitud como disposición. En este caso la gratitud como disposición sería la que formaría parte del carácter. Hay personas que tienden a responder con agradecimiento a un rango muy amplio de situaciones de beneficencia por parte de otros. Y, de este modo, en ellos se presentan en menor medida emociones como el resentimiento o la vergüenza. Los episodios de gratitud continuados hacen que la persona genere una disposición natural hacia la gratitud o bien tenga más presente cómo agradecer todo aquello que se le ha dado. Esta disposición genera emociones positivas, incluso cuando se trata de hacer frente a momentos difíciles, como pasaría en el caso de la enfermedad grave de un hijo.

En la mayoría de las investigaciones en el campo de la psicología contemporánea se ha considerado la gratitud como disposición y se ha relacionado significativamente con beneficios personales, especialmente a nivel emocional (Emmons & McCullough, 2003; McCullough et al., 2002). De hecho, McCullough et al. (2002) exponen la relación significativa entre gratitud y la satisfacción con la vida y la felicidad, y contraria a la depresión. En la misma línea, la expresión y las experiencias diarias de gratitud se han relacionado con una mayor apertura a acciones de tipo prosocial (Unsworth et al., 2010).

Entre los factores medidadores entre gratitud y bienestar aparecen algunas estrategias de afrontamiento, entre ellas el apoyo social, el afrontamiento activo y centrado en el problema. Esto es, las personas que son más agradacedidas también se saben más necesitades de los demás y, por lo tanto, piden más ayuda y a su vez ayudan más a los demás (Wood et al. 2007). Las personas con mayores niveles de gratitud tienen una visión del mundo como un lugar más agradable y son personas que tienden a tomar tiempo para considerar los aspectos buenos de la vida (Watkins et al., 2003).

De alguna manera en los padres de niños con cáncer que se enfrentan a una situación de especial vulnerabilidad resulta de interés el papel que puede tener esta virtud en el modo de vivir la enfermedad de su hijo, de integrarla en su historia vital y de dar sentido a la experiencia a través del propósito vital y el crecimiento personal.

3.1. La gratitud como virtud cristiana

Desde el cristianismo que se considera la disposición a sentir gratitud como una virtud, aunque no en todas las situaciones es pertinente sentir gratitud. Roberts (2004) explica cómo hay diferentes bienes que deben ser ordenados con un fin superior y de ahí resulta necesario también ordenar la virtud de la gratitud. Para ser virtuoso en la gratitud hay que no solo ser agradecido, si no agradecer a

las personas y cosas correctas. El modelo de los tres términos de la gratitud de Roberts (2004) expone que la gratitud debe existir si hay un beneficio, un benefactor y un beneficiario. Muchas veces en el día a día damos gracias por cosas y no hay un benefactor directo, este agradecimiento para el cristiano está dirigido a Dios. Además, la gratitud como virtud hace que las personas respondan a las acciones de otros buscando el bien y la benevolencia, y consecuentemente brote el deseo de devolver eso que perciben como un beneficio dado.

La gratitud tiene una conexión directa con Dios, con la existencia de un ser superior, un creador. En este sentido, el estudio realizado por Emmons y Kneezel (2005) apunta a que toda expresión religiosa tenía que ver con el agradecimiento, por ejemplo, en forma de oración.

La gratitud hacia Dios de alguna manera trasciende las circunstancias de la vida humana, de hecho, San Pablo en su I Carta a los Tesalonicenses dice: "Dad gracias en toda coyuntura, porque esto es lo que Dios quiere de todos vosotros en Cristo Jesús." La gratitud cristiana es la disposición "sobre todo" de sentir agradecimiento a Dios por el regalo de "Su Hijo" en todo momento. Esta orientación al Padre y al Hijo, propia del cristianismo, constituye una bendición para el cristiano en su día a día. El cristiano se ve necesitado de perdón y de la Gracia de Dios en todo momento (Roberts, 2004).

3.2. La gratitud en los padres de niños con cáncer

La gratitud en los padres de niños con cáncer ha sido poco estudiada hasta el momento. Destaca el estudio cualitativo llevado a cabo por Laing y Moules (2014) en el que los padres narravan su experiencia después de que sus hijos enfermos pudieran participar en un campamento. Los padres en sus narrativas expresan una profunda gratitud por el campamento en sí mismo, la posibilidad de tener ese espacio para sus hijos y también agradecen que su hijo estuviese vivo y pudiese participar en él. Esa gratitud fue presentada como fruto de ser verdaderamente conscientes del momento que estaban viviendo, siendo conscientes de la finitud de la vida, de la fragilidad de la vida de su hijo. Además, este mismo estudio señala la gratitud como un indicador de salud emocional.

Expresar gratitud resulta de gran ayuda a estas familias, los padres de niños con cáncer que ya habían terminado el tratamiento expresaban gratitud por la vida del hijo, y aquellos que estaban en tratamiento lo expresaban de este modo: "Lo mejor que de un dolor brutal sientes un sentimiento de amor, agradecimiento hacía muchas personas..." (frase dicha por una madre de un niño de 8 años) y otra madre de una niña de 4 años lo expresa de este modo: "Mi experiencia me hace pensar que qué difícil y que por qué tiene que pasar esto, aunque rápidamente me siento agradecida" (Velasco et al., 2019).

Esa gratitud no aparece sólo en los padres, sino que mucha de esa gratitud también se presenta en los propios pacientes, en este caso eran adolescentes con cáncer. Ellos mismos a través de la revisión de diarios daban gracias a Dios, gracias a sus padres por su amor incondicional y en medio de toda su enfermedad sentían agradecimiento por su propia vida: "el cáncer me hace salir de la cama cada mañana y estoy agradecida por estar viva" (Ulman, 2007, p. 36).

4. MÉTODO

4.1. Participantes

En el presente estudio participaron un total de 58 familias de niños con cáncer atenidos en hospitales de Madrid, Valencia y Toledo. De los 80 participantes (padres y madres) del estudio, el 70% de ellos fueron madres. La media de la edad de los padres fue de 40,9 años (*DT*=6,09) con un rango de edades comprendido entre 22 y 52 años. El 85% de los padres estaban casados y casi el 50% de la muestra tenía estudios universitarios y el otro 50% FP o Bachillerato. En cuanto a las características sociodemográfica de los hijos, la media de edad de los hijos fue de 7,79 años (*DT*=4,46) comprendidos entre los 9 meses y los 17 años. El 80% de ellos se encontraba en tratamiento activo y para la mayoría el 97% era su primer diagnóstico. En cuanto al tipo de enfermedad, el 40,4% de los niños tenían el diagnóstico de Leucemia, el 22,8% de Tumores del Sistema Nervioso Central (SNC), el 8,8% Linfoma, el 7% Osteosarcoma, el 10,5% Sarcomas y el 10,5% otros. Casi la mitad de los niños llebava menos de 6 meses en tratamiento.

4.2. Variables e instrumentos

4.2.1. Variables sociodemográficas

Se realizó un cuestionario de diseño propio para la evaluación de las características sociodemográficas y de salud de los padres y los hijos.

4.2.2. Afrontamiento

Las estrategias de afrontamiento se evaluaron a través del cuestionario *COPE abreviado* (Crespo & Cruzado, 1997). Es un cuestionario compuesto por 28 ítems con respuesta tipo Likert de 1 a 4 (1=nunca, 4=mucho). Un ejemplo de ítem es: "He estado intentando verlo bajo otro aspecto que lo haga parecer más positivo". Las estrategias que evalúa son: auto distracción, afrontamiento activo, negación, consumo de alcohol y drogas, búsqueda de apoyo social emocional, búsqueda de

apoyo social instrumental, desconexión conductual, desahogo, reinterpretación positiva, planificación, humor, aceptación, religión y autoculpabilización.

4.2.3. Bienestar psicológico

Se evaluó a través de dos subescalas *propósito vital y crecimiento personal de Ryff* (Díaz et al., 2006). Son un total de 13 ítems con opciones de respuesta tipo Likert (0 = totalmente en desacuerdo, 5 = totalmente de acuerdo). Un ejemplo de ítem es: “Para mí, la vida ha sido un proceso continuo de estudio, cambio y crecimiento”.

4.2.4. Gratitud

La gratitud se evaluó a través del *Cuestionario de Gratitud* (CG-6) (Beléndez, 2011). Este cuestionario evalúa la gratitud disposicional, la frecuencia y la intensidad con la que la persona experimenta gratitud en la vida diaria. El cuestionario 6 ítems con formato de respuesta tipo Likert (1= totalmente desacuerdo, 7= totalmente de acuerdo). Un ejemplo de ítem es: “tengo tanto en la vida por lo que estar agradecido/a”.

4.3. Procedimiento

Para llevar a cabo el estudio se contactó con Unidades de Oncología Pediátrica de diferentes hospitales, el estudio fue aprobado por el Comité Ético de Investigación de la Universidad CEU San Pablo. Los requisitos para participar en el estudio eran tener un hijo que estaba recibiendo tratamiento oncológico complejo (quimioterapia y/o radioterapia). Para la realización del cuestionario la primera autora de este capítulo (CV) se trasladó a los diferentes centros y realizó la evaluación, aunque los cuestionarios fueron auto aplicados ella acompañaba a los padres en todo momento por si surgía cualquier duda o dificultad y recoger toda la información añadida que quisieran proporcionar. Una vez completado el cuestionario los datos se procesaron con el programa SPSS.21. (IBM Corp., 2012) para su posterior análisis estadístico.

4.4. Análisis de datos

En el análisis de datos se llevó a cabo un primer análisis descriptivo de las características sociodemográficas de la muestra y de las escalas administradas (medias y desviaciones típicas): estrategias de afrontamiento, gratitud y escalas de bienestar psicológico. Además, se realizaron análisis de comparación de muestras, en este caso basados el en tiempo desde el diagnóstico a través de la prueba ANOVA de un factor con sus correspondientes pruebas post hoc, el estadístico HSD Tukey si se cumplía la condición de igualdad de varianzas con la

prueba de Levene. Por último, se exploró la relación que presentan la variable gratitud con las diferentes estrategias de afrontamiento y el bienestar psicológico. Para ello se realizaron Correlaciones de Pearson.

5. RESULTADOS

5.1. Afrontamiento

Los padres de niños con cáncer en este estudio se ve reflejado como emplean diferentes modos de afrontamiento, en este caso los más empleados fueron la aceptación (*M*=6,54; *DT*=1,30), seguido el afrontamiento activo (*M*=6,29; *DT*=1,53), el apoyo emocional (*M*=5,17; *DT*=1,75), planificación (*M*= 5,09; *DT*=1,51), reinterpretación positiva (*M*=4,87; *DT*=1,88), apoyo social (*M*=4,77; *DT*=1,47), desahogo (*M*=4,37; *DT*=1,66), apoyo en las creencias religiosas (*M*=4,37; *DT*=2,17), auto distracción (*M*=3,38; *DT*=1,32), negación (*M*=3,34; *DT*= 1,60), autoinculpación (*M*=3,16; *DT*=1,56), humor (*M*=2,53; *DT*=0,92), desconexión (*M*=2,24; *DT*=0,65) y uso de sustancias (*M*=2,19; *DT*=0,68). (Ver Figura 1).

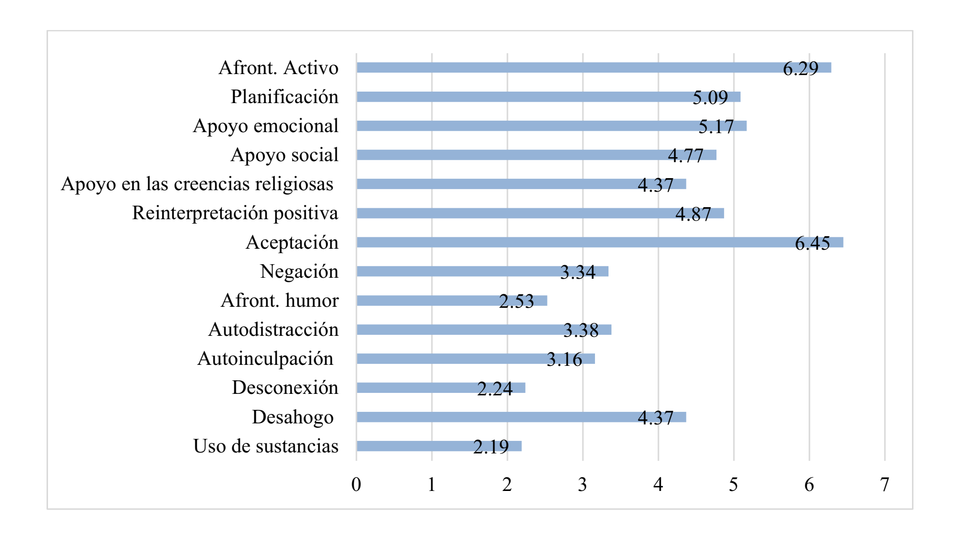


Figura 1: Puntuación media del empleo de estrategias de afrontamiento

Estos análisis reflejan como los padres de niños con cáncer emplean en mayor medida estrategias de afrontamiento activo, entre ellas cabe destacar la aceptación y el apoyo emocional y social.

5.2. Gratitud

En relación con los resultados obtenidos en la variable gratitud, la puntuación media obtenida fue de 34,71 (*DT*=6,41). Es una puntuación de niveles similares a los obtenidos en otros estudios con adultos (McCullough, et al., 2002). Al realizar el análisis de los grupos en función del tiempo desde el diagnóstico y la variable gratitud sí se observan diferencias estadísticamente significativas. En la tabla 1 se pueden ver los resultados en relación a la gratitud.

Tabla 1.
Diferencias en los niveles de gratitud en función del tiempo desde el diagnóstico de la enfermedad del hijo

N=80		M	DT	$F_{(3,596)}$	p
Gratitud	1 a 6 meses	34,12	5,33	4,77	0,03
	7 a 12 meses	31,69	9,94		
	Más de 12 meses	37,07	4,99		

La prueba post hoc de Tukey mostró diferencias significativas entre el grupo padres cuyo hijo se encuentra entre los 7 y los 12 meses desde el diagnóstico frente a aquellos que están en tratamiento desde hace más de un año, siendo las puntuaciones en la variable gratitud superiores en el grupo de padres cuyos hijos llevan en tratamiento más de un año.

5.3. Bienestar

Los niveles de bienestar de los padres de niños con cáncer en función de las sub-escalas de crecimiento personal fue *M*=33,44 (*DT*=5,77) y de propósito vital fue de *M*=26,01 (*DT*=5,79). Para la presente muestra la puntuación media de ítem por escala fue de 4,88 y 4,33, respectivamente. Estos resultados resultan algo inferiores a los que se muestran en estudios con población española en los que la media por ítem era de 5,08 (Díaz et al., 2015).

5.4. Relación entre gratitud, bienestar y afrontamiento

Los resultados obtenidos para la relación entre las variables afrontamiento, gratitud y bienestar se muestran en las tablas 2 y 3 de correlaciones de Pearson.

Tabla 2.
Correlaciones de Pearson entre los modos de afrontamiento, gratitud y bienestar.

	BIENESTAR	GRATITUD
Aceptación	,246*	,232*
Afrontamiento Activo	,362**	,158
Apoyo Emocional	,143	,131
Apoyo Social	,351**	,315**
Autodistracción	,022	-,285*
Autoinculpación	,005	,061
Desahogo	-,012	-,172
Desconexión	,007	-,070
Humor	-,112	-,039
Negación	-,074	,119
Planificación	,175	,127
Reinterpretación Positiva	,435**	,217
Religión	,010	,165
Uso de Sustancias	,195	,031

Nota: ** p<0,01; * p<0,05

Tabla 3.
Correlación de Pearson entre gratitud y bienestar

	BIEN
GRA	,294**

Nota: **p<0,01; * p<0,05

6. DISCUSIÓN

Algunos de los resultados obtenidos en el presente estudio señalan la gratitud como una variable disposicional que ayudaría a los padres de niños con cáncer en el afrontamiento de la enfermedad de su hijo y a su vez a mantener niveles de bienestar, en este caso propósito vital y crecimiento personal.

En primer lugar, la gratitud evoluciona conforme lo hace la enfermedad del hijo, el grupo de padres que presentaba mayores niveles de gratitud era el que llevaba más tiempo, eso puede ser indicativo de que a medida que los tratamientos funcionan y que el hijo sigue vivo, sigue con ellos, se desarrolla en mayor medida el sentimiento y la disposición de agradecimiento. Estudios anteriores señalaban en que el tiempo desde el diagnóstico, el curso del tratamiento y la historia de re-

caídas son factores que afectaban a la vivencia emocional de los padres (Jurbergs et al., 2009). Estos resultados pueden ser también indicativo de que a medida que pasa el tiempo desde el diagnóstico aumente en los padres la capacidad para reconocer el bien asociado a la vivencia de la enfermedad de su hijo y se genere un cambio de actitud que evolucione desde el resentimiento o enfado hacia la gratitud (Emmons & McCullough, 2003; Unsworth et al., 2010; Watkins et al., 2003). Sería interesante de cara a un futuro poder estudiar más en profundidad el fenómeno de la gratitud como emoción y como disposición, siendo la fortaleza del carácter la que daría lugar a un mejor afrontamiento de las dificultades en la vida.

En segundo lugar, los resultados que muestran las relaciones entre modos de afrontamiento, la gratitud y el bienestar cabe destacar la asociación fuerte entre el apoyo social con ambas variables. De este modo, la persona que tiene una mayor disposición a la gratitud, más propósito vital y experimenta crecimiento personal también empleará en mayor medida la búsqueda de apoyo social. Pedirá ayuda a los demás, se sentirá acompañada, querida, puede también experimentar la sensación de gratitud por la ayuda recibida. De hecho, uno de los ítems del cuestionario de gratitud empleado en el presente estudio (McCullough et al., 2002) es: "me siento agradecido por una gran cantidad de gente" lo que expresa la presencia de personas que en mayor o menor medida le han prestado ayuda. Algunos estudios anteriores ya señalaban la tendencia a buscar a apoyo en las personas que mostraban más agradecimiento (Wood et al., 2007). Y, numerosos estudios señalan el apoyo social como un fuerte predictor de bienestar para esta población (Long & Marsland, 2011).

Para que exista gratitud debe existir: un beneficio, un benefactor y un beneficiario (Roberts, 2004). En este caso, el beneficio podría ser la vida del hijo, "el benefactor", muchos, desde le medicina, médicos, Dios, las personas que les ayudan, otros familiares… y el beneficiario sería tanto el hijo como, de modo indirecto los padres o toda la familia. Las personas agradecidas no solo se fijan en el beneficio en sí mismo, sino que también tratan de cuidar su relación con el benefactor, otras personas o Dios. Por lo tanto, esta gratitud siempre es a algo o alguien.

En tercer lugar, la reinterpretación positiva y el afrontamiento activo se han asociado con el propósito vital y el crecimiento personal. De alguna manera reinterpretar la situación puede tener relación con lo que significaría dar sentido. En palabras de López-Ibor (2008, p. 115) "Y asistir al cambio desde la esperanza- o desde la desesperación en algunos casos- a la esperanza de intuir que todo tiene un sentido es también un privilegio. Nunca entenderemos por qué, pero *el para qué* se va vislumbrando a lo largo del camino". Los padres experimentan sentido en el acompañar a su hijo a lo largo de este momento tan difícil para su vida.

Por último, el propósito vital es una variable relacionada con el futuro, y en relación con la visión de futuro, Lukas (2004) afirma que afrontar las dificultades del día a día, en este caso, la enfermedad de un hijo será más sano psíquicamente si se focalizan en el presente y el futuro próximo. Para poder ayudar a estas familias se

debe fomentar el crecimiento personal a través del agradecimiento por los recursos y que sí tienen y de ahí seguir avanzando.

La vida del hijo es un don en sí misma, y de esta actitud de agradecimiento a la vida del hijo puede existir un modo de vivir y afrontar la enfermedad. Todo sufrimiento humano debe encontrar un sentido. "Desnudo salí del vientre de mi madre, y desnudo volveré allí. El Señor me lo dio y el Señor me lo quitó: ¡bendito sea el nombre del Señor!" (Job, 1, 21) es una frase en la que el profeta refleja muy bien como somos criaturas y todo lo que recibimos es un regalo, por lo tanto, la disposición de agradecimiento puede ser una fuente de salud mental y estabilidad para quién vive de este modo su vida. En los padres de niños con cáncer, ante un momento de tanta incertidumbre, sufrimiento y dolor por ver a su hijo enfermo el desarrollo de esta fortaleza es un factor de protección. La gratitud también se ha relacionado con la esperanza, la esperanza relacionada con que Dios está en su vida, en que su vida tiene un propósito y en la creencia en la vida más allá de la muerte (Kylmä & Juvakka, 2007).

> "La pregunta de los padres es por qué, cuando se cambia al para que, cuando al menos están en busca del sentido pues entonces están en marcha y están vivos… ellos dicen: "somos mejores personas, hemos encontrado una razón para vivir, un motivo para estar en este mundo, hemos tenido en nuestros brazos a un niño que nos ha dado una lección de vida impresionante, y al final de ahí sale el volcarse en los demás y fijarse en los demás. Pasan de fijarse en su propio dolor que es inmenso a fijarse en el dolor de los demás y se convierten en luz" (López –Ibor, 2008, p. 117).

REFERENCIAS

Beléndez, M. (2011). Traducción y adaptación al castellano del cuestionario de Gratitud disposicional (CG-6). [Documento pdf] Universidad de Alicante. Recuperado de http://www.psy.miami.edu/faculty/mmccullough/GratitudeRelated%20Stuff/Spanish_gratitude_scale_Belendez2011.pdf

Crespo, M. & Cruzado, J. A. (1997). La evaluación del afrontamiento: adaptación española del cuestionario COPE con muestra de estudiantes universitarios. *Análisis y Modificación de Conducta, 23*, 797-830.

Díaz, D., Rodríguez-Carvajal, R., Blanco, A., Moreno-Jiménez, B., Gallardo, I., Valle, C., & van Dierendonck, D. (2006). Adaptación española de las escalas de bienestar psicológico de Ryff. *Psicothema, 18*, 572-577.

Emmons, R. A., & Kneezel, T. E. (2005). Giving thanks: Spiritual and religious correlates of gratitude. *Journal of Psychology and Christianity, 24*, 140-148

Emmons, R. A., & McCullough, M. E. (2003). Counting blessings versus burdens: An experimental investigation of gratitude and subjective well-being in daily life. *Journal of Personality and Social Psychology, 84*(2), 377–389. https://doi.org/10.1037/0022-3514.84.2.377

Hildenbrand, A. K., Alderfer, M. A., Deatrick, J. A., & Marsac, M. L. (2014). A mixed methods assessment of coping with pediatric cancer. *Journal Of Psychosocial Oncology, 32*(1), 37-58. https://doi.org/10.1080/07347332.2013.855960

IBM Corp. (2012). *IBM SPSS Statistics for Windows, Version 21.0.* IBM Corp.

Jurbergs, N., Long, A., Ticona, L., & Phipps, S. (2009). Symptoms of Posttraumatic Stress in Parents of Children with Cancer: Are they Elevated Relative to Parents of Healthy Children? *Journal of Pediatric Psychology*, *34*(1), 4–13. https://doi.org/10.1093/jpepsy/jsm119

Kylmä, J., & Juvakka, T. (2007). Hope in parents of adolescents with cancer--factors endangering and engendering parental hope. *European Journal Of Oncology Nursing, 11*(3), 262-271. https://doi.org/10.1016/j.ejon.2006.06.007

Laing, M.C & Moules, N.J. (2014). Stories from cancer camp: tales of glitter and gratitude. *Journal of Applied Hermeneutics, 31,* 1-16. https://doi.org/10.11575/jah.v0i0.53235

Lazarus, R. S. & Folkman, S. (1986). *Estrés y procesos cognitivos*. Editorial Martínez Roca.

Long, K. A. & Marsland, A. L. (2011). Family adjustment to childhood cancer: A systematic review. *Clinical Child and Family Psychology Review, 14,* 57-88. https://doi.org/10.1007/s10567-010-0082-z

López, J. & Rodríguez, M.I. (2007). La posibilidad de encontrar sentido en el cuidado de un ser querido con cáncer. *Psicooncología*, 4, 111-120.

López, J., Ortiz, G. y Noriega, C. (2019). Crecimiento Postraumático en padres de niños y adolescentes con cáncer. *Anales del Sistema Sanitario de Navarra, 42* (3), 325-337. https://doi.org/10.23938/ASSN.0717

López, J., Velasco, C & Noriega, C. (2021). The role of acceptance in parents whose child suffers from cancer. *European Journal of Cancer Care, 30*, e13406. https://doi.org/10.1111/ecc.13406

López-Ibor, B. (2008). E de Esperanza. En C. Guaita (Ed.), *Contigo aprendí* (pp.105-120) Editorial San Pablo.

López-Ibor, B. (2009). Aspectos médicos, psicológicos y sociales del cáncer infantil. *Psicooncología*, *6,* 281-284.

Lukas, E. (2004). *Psicología espiritual.* Editorial San Pablo

McCullough, M. E., Emmons, R. A., & Tsang, J.-A. (2002). The grateful disposition: A conceptual and empirical topography. Journal of Personality and Social Psychology, 82(1), 112–127. https://doi.org/10.1037/0022-3514.82.1.112

Peterson, C. & Seligman, M.E.P. (2004). *Character Strenghts and Virtues.* New York: Oxford University Press.

Roberts, R. (2004). *The Blessings of Gratitude* (pp. 58–78). https://doi.org/10.1093/acprof:oso/9780195150100.003.0004

Ulman, D. (2007). *MY WAY - Writings of young adult cancer survivors.* The Ulman Cancer Fund For Young Adults.

Unsworth, K., Turner, N., Williams, H.M., & Piccin-Houle, S. (2010). Giving thanks: the relational context of gratitude in postgraduate supervision. *Psychology and Behavioral Sciences Collection, 35*, 871-888. https://ssrn.com/abstract=2182322

Velasco, C., Bengoechea, C., & López-Ibor, B. (2019). Afrontamiento y bienestar psicológico en padres de niños y adolescentes con cáncer durante el tratamiento. *Psicooncología*, *16*(2), 227-249. https://doi.org/10.5209/psic.65589

Watkins, P. C., Woodward, K., Stone, T., & Kolts, R. L. (2003). Gratitude and happiness: development of a measure of gratitude, and relationships with subjective well-being. *Social Behavior & Personality, 31*, 431-452. https://doi.org/10.2224/sbp.2003.31.5.431

Wood, A. M., Joseph, S., & Linley, P. A. (2007). Coping style as a psychological resource of grateful people. *Journal of Social and Clinical Psychology, 26*, 1076-1093. https://doi.org/10.1521/jscp.2007.26.9.1076

CAPÍTULO 19

EL PERDÓN A UNO MISMO: LA CULPA, EL PERDÓN PERCIBIDO DE DIOS Y EL PERDÓN PERCIBIDO DE LA VÍCTIMA

Marta Romero Monte[1]
romeromarta1996@hotmail.com
Karla Gallo Giunzioni[2]
karla.gallo@ufv.es

[1] *Universidad Francisco de Vitoria, Facultad de Educación y Psicología, Madrid, España*

[2] *Universidad Francisco de Vitoria, Facultad de Educación y Psicología, Madrid, España*

1. INTRODUCCIÓN

1.1. El concepto del perdón

Ofender o dañar a otros es una parte inevitable de la vida, esto conlleva el desarrollo de sentimientos duros y muy perjudiciales tanto para el ofensor como para la víctima (Cornish y Wade, 2015; Friedman et al., 2007). El concepto del perdón es muy amplio, ya que es un término complejo y multidimensional (Prieto-Ursua, 2017). Sin embargo, la mayoría de los autores están de acuerdo en una idea: el perdón es un proceso, tiene etapas y no se alcanza en un único momento (Enright, 2017; Fincham et al., 2020; Prieto-Ursua, 2017). Robert Enright y su grupo de investigación (The Human Development Study Group) propusieron en 1996 la

"Triada del perdón" que comprende: el perdón interpersonal, el perdón intrapersonal y recibir el perdón de otros.

Enright (1996) propone que el perdón intrapersonal e interpersonal siguen el mismo proceso y utilizan recursos iguales, por lo que, se diferencian únicamente en la persona a la que van dirigidos. En el perdón hacia otros, la víctima perdona al ofensor, sin embargo, en el perdón a uno mismo, es el ofensor el que ha de perdonarse (aunque la víctima también lo haga). Más allá de las similitudes, la evidencia científica indica que no hay suficientes datos para apoyar una relación entre ambos conceptos, lo que sugiere que están poco o incluso nada relacionados (Macaskill et al., 2002; Thompson et al., 2005).

Se ha destacado que en el perdón hacia otros no siempre hay necesidad de cambio por parte del transgresor, y se concibe que el perdón es un regalo que la víctima ofrece, cuya finalidad es mitigar el malestar de esta tras la ofensa (Hall y Fincham, 2005). Sin embargo, el perdón intrapersonal conlleva una determinación para modificar el comportamiento en el futuro por parte del ofensor (Enright, 1996). también se ha explicado que el perdón a uno mismo no necesita una reconciliación con el transgresor si la víctima no lo desea, sin embargo, el intrapersonal, implica que el ofensor se reconcilie consigo mismo (Enright, 1996). Por último, en el perdón a otros, los sentimientos, pensamientos y comportamientos negativos hacia el ofensor no tienen por qué activarse a no ser que la víctima mantenga el contacto con el mismo. Mientras que, cuando uno es el transgresor, no puede escapar de sí mismo, sino que ha de estar permanentemente afrontando sus sentimientos, pensamientos y acciones (Hall y Fincham, 2005). En síntesis, aunque el perdón interpersonal e intrapersonal parecen conceptos similares, concurren importantes diferencias entre ambos.

1.2 El perdón a uno mismo: conceptos, beneficios y dificultades

Las definiciones del perdón a uno mismo son múltiples: Enright (1996) lo concibe como el deseo de renunciar al auto-resentimiento tras el reconocer que se ha realizado un error objetivo, promoviendo así la compasión, la generosidad y el amor hacia la propia persona. Por otra parte, Hall y Fincham (2005) lo definen como un conjunto de cambios motivacionales que conllevan a que la persona tenga menos motivación para evitar el autocastigo y los estímulos asociados a la ofensa, y, por el contrario, incrementa las conductas benevolentes consigo misma. Asimismo, Cornish y Wade (2015) conceptualizan el perdón a uno mismo como un proceso en el que una persona: a) acepta la responsabilidad de haber hecho daño a otra; b) expresa y siente su culpa al tiempo que reduce la vergüenza; c) participa en la restauración mediante conductas reparadoras y un nuevo compromiso con los valores; y, d) logra una renovación del respeto por sí mismo, la autocompasión y la autoaceptación. Woodyatt y Wenzel (2013), lo definen como un proceso en el cual una persona es capaz de ver el valor de la víctima, experimentar la culpa,

reconocer las emociones negativas resultantes, afrontar las actitudes y comportamientos que le condujeron a cometer la ofensa y reparar el daño causado y, en el transcurso, restaurar la imagen de sí mismo.

El estudio del perdón intrapersonal es un objetivo relevante en distintos ámbitos, ya que se ha encontrado que, afecta las relaciones matrimoniales, de pareja, familiares, las amistades, las relaciones profesionales, entre otras (Ferch, 1998; Fitzgibbons, 1986). Además, múltiples estudios han demostrado sus beneficios, correlacionando positivamente con mejor salud física y psicológica y negativamente con indicadores de estrés y disfunción (Avery, 2008; Enright, 2017; Prieto-Ursua et al., 2012). De igual forma, otros autores señalan que las personas que se perdonan tienen actitudes más positivas hacia sí mismas (Wohl et al., 2008), una mejor autoestima (Fisher y Exline, 2006), se relaciona con índices más bajos de depresión (Mauger et al., 1992), ira, vergüenza, ansiedad (Macaskill, 2012) y neuroticismo (Ross et al., 2004). También se ha encontrado una asociación entre el perdón intrapersonal y conductas y actitudes prosociales (Hall y Fincham, 2005) y la facilidad para perdonar a otras personas, reconociendo al otro, no solo como un ofensor, sino como a una persona que, al igual que ellos, es imperfecta y comete errores (Thompson et al., 2005).

Otros autores a su vez indican cautela al trabajar con este constructo, ya que muestra varias dificultades (Fisher y Exline, 2006; Wohl y Thompson, 2011). En el ámbito de las adicciones se ha observado que, en las personas que padecen ludopatía, se reducen la motivación para el cambio cuando se perdonaban a sí mismos (Squires et al., 2012). Wohl y Thompson (2011) encontraron resultados similares con la adicción al tabaco. También, se ha demostrado que el perdón a uno mismo está relacionado con mayor dependencia a drogas y alcohol (Woodyatt y Wenzel, 2013). En algunos estudios se ha observado una estrecha relación entre narcisismo y perdón a uno mismo (Tangney et al., 2005).

Con relación a estos resultados negativos en cuanto al perdón intrapersonal, la explicación que en ocasiones se le ha dado, es que los instrumentos utilizados realidad estaban midiendo un falso perdón a uno mismo. Este ocurre cuando las personas no reconocen que han actuado mal y, por lo tanto, no asumen la responsabilidad por los hechos, suelen negarlos, minimizarlos, excusarlos o echar la culpa a otros, incluyendo a la víctima (Hall y Fincham, 2005). Para alcanzar un buen proceso de perdón la persona ha de reconocer que sus actos han sido erróneos y aceptar la responsabilidad del daño realizado (Hall y Fincham, 2005; Woodyatt y Wenzel, 2013). Tras este primer paso, pueden aparecer sentimientos de culpa, vergüenza y remordimiento (Tangney et al., 2005).

1.3. El proceso de perdón a uno mismo

El modelo de Hall y Fincham (2005; 2008) es uno de los modelos de referencia para explicar el proceso del perdón intrapersonal. Exponen que en dicho proceso

ocurren una serie de factores (emocionales, cognitivos y conductuales) que llevaran al ofensor a perdonarse en un curso temporal determinado. Al principio, tras cometer la transgresión, la persona ha de ser consciente de que su actuación es errónea (Holmgren, 2002; Wohl y McLaughlin, 2014). Aunque la acción sea objetivamente mala, si el transgresor no se da cuenta de ello, entonces no considerara procedente el perdón (Dillon, 2001). A continuación, el ofensor ha de aceptar la correspondiente responsabilidad por el daño realizado (Holmgren, 2002; Wohl y McLaughlin, 2014). Ha de verse como agente activo de sus propias acciones (Dillon, 2001). Mas adelante, cuando la persona asume y se responsabiliza de la ofensa cometida han de surgir diversas emociones negativas. Los estudios empíricos se han centrado en dos de ellas: la culpa y la vergüenza (Dillon, 2001; Fisher y Exline, 2006; Holmgren, 2002; Tangney et al. 2005).

Es relevante la diferenciación entre ambas emociones ya que influyen en el proceso de perdón a uno mismo de manera distinta (Hall y Fincham, 2005; McConnell et al., 2012; Strelan, 2007; Zechmeister y Romero, 2002). La culpa produce sentimientos de remordimiento, tensión y arrepentimiento por los actos y sus consecuencias (Tangney y Heigel, 2002). Surge el anhelo de confesar, pedir perdón a la víctima o reparar el daño de alguna forma (Holmgren, 2002). El sentimiento de culpa está orientado a la acción ("Yo hice esto mal") y no en el ofensor (Fisher y Exline, 2006). El transgresor critica sus malos actos, pero la evaluación integral sobre sí mismo continua intacta (Fisher y Exline, 2006). En cambio, la vergüenza, en lugar de estar centrada en el mal comportamiento, se enfoca en la propia persona (Tangney y Heigel, 2002). Esta concluye una evaluación negativa integral de sí misma ("Yo soy malo") y se devalúa constantemente (Fisher y Exline, 2006). La vergüenza conlleva al ofensor a tener sentimientos de pequeñez e indefensión, haciendo que se vea como mala persona y sin posibilidad de cambio (Vitz y Meade, 2011). En la vergüenza existe un miedo por la evaluación negativa del otro por lo que, aparecen deseos de esconderse, de escapar o incluso de atacar a los demás (Rangganadhan y Todorov, 2010). Se ha observado como la vergüenza supone una dificultad en el proceso de perdón intrapersonal, pero, sin embargo, la culpa anima a la persona a querer reparar, dentro de lo que cabe, el daño cometido (Rangganadhan y Todorov (2010). Por consiguiente, para alcanzar el perdón, parece necesario que el transgresor pueda experimentar las emociones negativas que aparecen tras la ofensa (Holmgren, 2002; Fisher y Exline, 2006).

Los transgresores cuando la ofensa es grave a menudo experimentan remordimiento como culpa y autocondena (Tangney y Heigel, 2002). Vivir con culpa a menudo disminuye la autoestima y, por tanto, la capacidad para pedir perdón (Dillon, 2001). En consecuencia, es necesario primero experimentar la culpa de los hechos y a continuación disminuirla para poder perdonarse así mismo (Cornish y Wade, 2015; Hall y Fincham, 2008).

Por último, el transgresor ha de afrontar la ofensa realizada y comenzar un proceso de reparación (Holmgren, 2002). Este se divide en dos vertientes (Woodyatt

y Wenzel, 2013): primero, la interpersonal, cuando el transgresor realiza actos reparatorios hacia el exterior (hacia la víctima, la comunidad, etc.) y así, restaurar el daño de la mejor forma posible. Segundo, la vertiente intrapersonal, ligada con la recuperación del concepto de uno mismo (Woodyatt y Wenzel, 2013). El ofensor tiene que experimentar respeto, compasión y aceptación por sí misma (Enright, 1996). Tras un proceso de reparación, uno deja de definirse como ofensor para empezar a ser una persona que hizo daño, pero a pesar de ello, tiene la capacidad de hacer bien a los que le rodean (Dillon, 2001). La ofensa no se elimina ni se olvida, sino que es un componente de una visión más extensa sobre el ofensor (Enright, 1996; Prieto-Ursua, 2017).

1.4. El Perdón percibido de la víctima y de Dios

Algunos investigadores hallaron que la gravedad de las transgresiones, la culpa, las conductas conciliadoras y el perdón percibido de los demás se relacionaban con el perdón intrapersonal (Hall y Fincham, 2008; McConnell et al., 2012). Con respecto a esta última variable, varios estudios han mostrado que la percepción del perdón de los transgresores por parte de las víctimas o de las figuras religiosas/espirituales se asocia con el perdón a uno mismo (Hall y Fincham, 2008; Martin, 2008; McConnell et al., 2012; Witvliet et al., 2002), aunque los hallazgos alcanzados por muchas investigaciones recientes son contradictorios.

Witvliet et al. (2002) observaron que imaginar la respuesta misericordiosa de la víctima a sus esfuerzos de búsqueda de perdón daba como resultado respuestas fisiológicas consistentes con aumentos de la emoción positiva y disminuciones de la emoción negativa. Además, imaginar la búsqueda del perdón y las respuestas misericordiosas de las víctimas daba como resultado una mayor percepción del perdón intrapersonal entre los transgresores. Sin embargo, Zechmeister y Romero (2002) compararon a los transgresores que se perdonaban a sí mismos con los que no podían hacerlo y no encontraron ninguna diferencia en los informes sobre el perdón percibido de las víctimas.

Otros estudios han puesto de manifiesto la relación entre el perdón y aspectos religiosos (McCullough et al., 1997; McCullough y Worthington, 1999), los resultados también son contradictorios. Por un lado, se cree que perdonarse a sí mismo es ir en contra de Dios y quitarle poder al actuar como propio juez, por lo que el perdón a uno mismo y las creencias religiosas mantendrían una relación inversa (Vitz, 1999). Layer et al. (2004) encontraron que algunos transgresores sentían que las figuras religiosas/espirituales los habían perdonado, pero aun así luchaban con el proceso del perdón a uno mismo, es decir, no estaban relacionados.

Por otro lado, creer en el perdón de Dios puede ser beneficioso para el perdón a uno mismo (Ingersoll-Dayton y Krause, 2005), ya que puede animar a la gente a lidiar con la culpa de hacer algo malo y, en consecuencia, perdonarse (Aube et al.,

2006; Krause y Ellison, 2003). La experiencia del perdón divino se ha vinculado a una salud mental positiva (Krause y Ellison, 2003; Martin, 2008). Las personas que ven a Dios como amoroso y perdonador, en contraposición a distante o cruel, pueden ser más propensas a buscar el perdón de Dios (Schapp-Jonker et al., 2002) y, por tanto, perdonarse a sí mismas (Cecero et al., 2004; Francis et al., 2001). De igual manera parece probable que las personas que buscan el perdón de Dios busquen el perdón de la persona a la que han ofendido y viceversa (Aube et al., 2006; Martin, 2008).

A la luz de estos hallazgos contradictorios, la relación entre el perdón de la víctima, el perdón de Dios y el perdón a uno mismo requiere una mayor aclaración (Hall y Fincham, 2008). Por lo que el actual estudio busca profundizar la relación que mantienen dichas variables, y así, facilitar el camino para realizar un proceso de perdón a uno mismo y de reparación, tanto interpersonal (realizando conductas reparatorias) como intrapersonal (restaurando su autoconcepto).

2. DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES

Investigar cómo las personas se perdonan a sí mismas toma gran relevancia dentro del campo científico, ya que se ha demostrado que dicho proceso a pesar de ser complejo y más difícil de alcanzar que el perdón a otros (Worthington, 2006) se encuentra fuertemente asociado a beneficios para la salud como, por ejemplo, el bienestar físico y psicológico de las personas (Avery, 2008). El presente estudio profundiza en el proceso de perdón a uno mismo, con el objetivo de proporcionar un modelo predictivo que pueda seguir siendo analizado en futuras investigaciones, en el que se tienen en cuenta el papel de la culpa, perdón percibido de Dios y perdón percibido de la víctima sobre el perdón a uno mismo.

Se contó con una muestra de 414 participantes. En primer lugar se observó que la escala de Proceso Diferenciado de Perdón a uno Mismo (Woodyatt y Wenzel, 2013) y la escala del Estado de Culpa y Vergüenza (SSGS; Marschall et al., 1994) muestran niveles de validez y fiabilidad adecuados para población hispanohablante, lo que las hacen propicias para el análisis de los resultados de la presente investigación; siendo congruentes estos hallazgos con otras investigaciones donde se apoyan adecuadas propiedades psicométricas de estos instrumentos (Bottera et al., 2020; Tangney y Heigel, 2002; Woodyatt y Wenzel, 2013). Por su parte, en la escala del Perdón de Dios (Martin, 2008), se observó una fiabilidad baja ($\alpha = .60$) para la muestra en la que fue aplicada. Este resultado se puede deber a que el perdón divino es un constructo amplio y, por lo tanto, es complicado obtener una adecuada fiabilidad con un bajo número de ítems (Krus y Helmstadter, 1993). Asimismo, y siguiendo las explicaciones brindadas por DeLorme et al. (2006), fiabilidades entre .50-.60 puede ser suficientes en estudios de carácter exploratorio, pudiéndose considerar este un estudio de ese tipo.

En cuanto a la relación que mantienen las variables culpa y perdón a uno mismo es positiva y estadísticamente significativa, es decir, niveles más altos de culpa se asocian con mayor perdón a uno mismo. A pesar de la controversia existente sobre la relación entre la culpa y perdón a uno mismo (Hall y Fincham, 2008), los resultados del presente estudio corroboran los observados en otras investigaciones. Por ejemplo, McGaffin et al. (2013) encontraron que la culpa y el perdón a uno mismo mantenían una relación positiva. También, Fisher y Exline (2006) y Holmgren (2002) insistieron en sus respectivos estudios que se debe alentar a los clientes a luchar por reconocer el daño y aceptar la culpa de los hechos para después, poder perdonarse a uno mismo. Así mismo, el estudio de Rangganadhan y Todorov (2010) se considera que la culpa supone una facilidad en el proceso del perdón intrapersonal.

En cuanto a la relación entre perdón percibido de Dios y perdón a uno mismo se ha encontrado que es significativa y directa, en otras palabras, las personas que percibieron el perdón de Dios presentan mayores puntuaciones en la escala de Perdón a uno Mismo y viceversa. Estos resultados se ven respaldados por la bibliografía empírica existentes hasta ahora (Aube et al., 2006; Bassett et al., 2008; Cafaro y Exline, 2003; Ingersoll-Dayton y Krause, 2005; Martin, 2008). En línea con este hallazgo, se ha encontrado que la relación personal con Dios facilitaba el perdón intrapersonal (Fincham et al., 2020) y pedir el perdón a Dios era una parte crucial del proceso (Ingersoll- Dayton y Kraus, 2005). Parece que, para algunas personas, buscar y recibir el perdón de Dios les permite trabajar y resolver sus sentimientos de indignidad, facilitando el proceso de perdón a uno mismo (Bassett et al., 2008; Cafaro y Exline, 2003). En concordancia con estos resultados, creer que uno había sido perdonado por Dios y aceptar el perdón de Dios se correlacionaban positivamente con el autoperdón (Cafaro y Exline, 2003; Chen, 2018; Martin, 2008).

De igual forma, se halló una relación directa y significativa entre perdón percibido de la víctima y perdón a uno mismo. Este resultado se encuentra apoyado por investigaciones como la de McConnell et al. (2012) en el cual se encontró que a medida que las víctimas dan a conocer su perdón a sus agresores, provoca que se incremente el sentimiento de estos de ser perdonados y, por lo tanto, también aumente el perdón a uno mismo. Cuando una persona se siente perdonada por otros, parece hacerse más fácil extender la compasión al yo (Hall y Fincham, 2008).

Con relación al modelo resultante en el presente estudio, este se encuentra constituido por las variables culpa, perdón percibido de Dios y perdón percibido de la víctima, en conjunto, dichas variables predicen el 9% de la varianza del perdón a uno mismo. Estos resultados se van en línea con los hallados en los estudios de Hall y Fincham (2008) y McConell et al. (2012). En tal sentido tal como se ha demostrado, se puede afirmar que culpa es un camino para la reparación de los daños y, por tanto, clave para el perdón a uno mismo (Leach, 2017). De igual forma, como sugiere la literatura científica, la percepción del perdón de Dios y la

percepción del perdón de la víctima son variables que parecen preceder el perdón a uno mismo (Fincham et al., 2020; Griswold, 2007; Hughes, 1994), más que otras como la frecuencia de rezar o ir a actos religiosos (Krause and Ellison, 2003; Martin, 2008).

En cuanto a las limitaciones de la presente investigación es importante destacar que no existió equivalencia en el número de hombres (n=145) y mujeres (n=269), por lo que no se puedo asegurar una muestra representativa de la población. Los instrumentos para medir las diferentes variables no están validados en población hispanohablante, aunque los índices de fiabilidad de las escalas de culpa y perdón a uno mismo fueron altos, la consistencia interna del instrumento de perdón percibido de Dios fue solo aceptable (DeLorme et al., 2006). En referencia a la variable perdón percibido de la víctima se utilizó la medida de ítem único (Hall y Fincham, 2008), a pesar de que su uso ha sido justificado anteriormente, se reconoce que las medidas de un solo elemento son indeseables tanto desde el punto de vista psicométrico como teórico (Krus y Helmstadter, 1993).

Para futuras líneas de investigación, se sugiere estudiar el efecto moderador de las variables perdón de Dios y perdón de la víctima sobre la relación existente entre culpa y perdón a uno mismo. Así, se podría plantear un modelo explicativo que facilite el perdón intrapersonal y a su vez, desarrollar programas de intervención teniendo en cuenta dichas variables y dotando a los sujetos de herramientas o estrategias para percibir el perdón de Dios y el de la víctima y en consecuencia alcanzar el perdón a uno mismo.

Para finalizar, los hallazgos del presente estudio corroboran los resultados de las investigaciones en las cuales la culpa, el perdón de Dios y el perdón de la víctima parecen ser variables predictoras del perdón a uno mismo y, por lo tanto, desempeñan un papel importante en la psicología clínica para mantener una adecuada salud mental y disfrutar de unos adecuados niveles de calidad de vida. En definitiva, este trabajo expone un modelo predictivo de perdón a uno mismo presentado por una muestra de personas en la edad adulta (18 y 63 años). Se suma a la investigación llevada a cabo hasta el momento sobre el proceso de perdón a uno mismo, con el distintivo de haberse realizado con población hispanohablante, ya que actualmente dicha literatura es muy escasa.

REFERENCIAS

Aube, J., Crouse, N., Gardner, A., Gardner, E., Miner, D., Rosedale, M. & Bassett, R. (2006). *A new frontier: Mapping the relationship between seeking forgiveness from others, from self, and from God.* Paper presented at the annual meeting of the Christian Association for Psychological Studies, Cincinnati, Ohio.

Avery, C. M. (2008). The relationship between self- forgiveness and health: Mediating variables and implications for well-being (Doctoral dissertation). Dissertation Abstracts International: Section B. Sciences and Engineering, 69, 1939.

Bassett, R. L., Edgerton, M., Johnson, J., Lill, C., Russo, G., Ardella, L. & Graf, N. (2008). Seeking forgiveness: The view from an experimental paradigm. *Journal of Psychology and Christianity, 27*(2), 140.

Bottera, A. R., Kambanis, P. E. y De Young, K. P. (2020). The differential associations of shame and guilt with eating disorder behaviors. *Eating Behaviors*, *39*, 101427. doi:10.1016/j.eatbeh.2020.101427

Cafaro, A. & Exline, J. (2003). *Correlates of self-forgiveness after offending God.* Poster presented at the Midwestern Conference on Spirituality, Baltimore, Maryland.

Cecero, J., Marmon, T., Beitel, M., Hutz, A. & Jones, C. (2004). Images of mother, self, and God as predictors of dysphoria in non-clinical samples. *Personality and Individual Differences*, *36*, 1169-1680. doi: 0.1016/j.paid.2003.06.013

Chen, Y., Harris, K., Worthington, L. & VanderWeele, J. (2018). Religiously or spiritually-motivated forgiveness and subsequent health and well-being among young adults: an outcome-wide analysis. *Positive. Psychology.* doi:10.1080/17439760.2018.1519591

Cornish, M. A. & Wade, N. G. (2015). A therapeutic model of self-forgiveness with intervention strategies for counselors. *Journal of Counseling & Development, 93*(1), 96-104. doi: 10.1002/j.1556-6676.2015.00185.x

DeLorme, D. E., Huh, J. & Reid, L. N. (2006). Perceived effects of direct-to-consumer (DTC) prescription drug advertising on self and others: A third-person effect study of older consumers. *Journal of Advertising*, *35*(3), 47-65. doi: 10.2753/JOA0091-3367350304

Dillon, R. S. (2001). Self–forgiveness and self–respect. *Ethics*, *112*(1), 53–83. doi:10.1086/339140

Enright, R. (2017). *Las 8 claves del perdón* (1.ª ed.). ELEFTHERIA.

Enright, R. (1996). Counseling within the forgiveness triad: On forgiving, receiving, forgiveness, and self- forgiveness. *Counseling and Values, 40*(2), 107-126. doi: 10.1002/j.2161-007X.1996.tb00844.x

Ferch, S. R. (1998). Intentional forgiving as a counseling intervention. *Journal of Counseling & Development, 76*, 261–270. doi: 0.1002/j.1556-6676.1998.tb02541.x

Fincham, F. D., May, R. W. & Chávez, F. L. (2020). Does being religious lead to greater self-forgiveness?. *The Journal of Positive Psychology*, *15*(3), 400-406.

Fisher, M. L. & Exline, J. J. (2006). Self-Forgiveness versus Excusing: The Roles of Remorse, Effort, and Acceptance of Responsibility. *Self and Identity, 5*(2), 127- 146. doi: 10.1080/15298860600586123

Fitzgibbons, R. P. (1986). The cognitive and emotive use of forgiveness in the treatment of anger. *Psychotherapy, 23*, 629–633. doi: 10.1037/h0085667

Friedman, L. C., Romero, C., Elledge, R., Chang, J., Kalidas, M.,Dulay, M. F. & Osborne, C. K. (2007). Attribution of blame, self-forgiving attitude and psychological adjustment in women with breast cancer. *Journal of Behavioral Medicine, 30*, 351–357. doi: 10.1007/s10865-007-9108-5

Griswold, C. (2007). *Forgiveness: A Philosophical Exploration* (1.ª ed.). Cambridge University Press.

Hall, J. H. & Fincham, F. D. (2008). The temporal course of self- forgiveness. *Journal of Social and Clinical Psychology, 27,* 174–202. doi:10.1521/jscp.2008.27.2.174

Hall, J. H. & Fincham, F. D. (2005). Self–Forgiveness: the stepchild of forgiveness research. *Journal of Social and Clinical Psychology, 24*(5), 621-63. doi:10.1521/jscp.2005.24.5.621

Holmgren, M. R. (2002). Forgiveness and self-forgiveness in psychotherapy. *Before forgiving: Cautionary views of forgiveness in psychotherapy*, 112-135. doi:10.1093/acprof:oso/9780195145205.003.0007

Hughes, P. M. (1994). On forgiving oneself: A reply to Snow. *The Journal of Value Inquiry*, *28*(4), 557-560.

Ingersoll-Dayton, B. & Krause, N. (2005). Self-forgiveness: A component of mental health in later life. *Research on Aging, 27*, 267-289. doi:10.1177/0164027504274122

Krause, N. & Ellison, C. (2003). Forgiveness by God, forgiveness of others, and psychological well-being in late life. *Journal for the Scientific Study of Religion, 42*, 77- 93. doi:10.1111/1468-5906.00162

Krus, D. J. & Helmstadter, G. C. (1993). The problem of negative reliabilities. *Educational and Psychological Measurement*, *53*(3), 643-650.

Layer, S. D., Roberts, C., Wild, K. & Walters, J. (2004). Postabortion grief: Evaluating the possible efficacy of a spiritual group intervention. *Research on Social Work Practice, 14*, 344-350. doi: 10.1177/1049731504265829

Leach, C. W. (2017). *Understanding shame and guilt.* In L. Woodyat, E. L. Worthington, Jr., M. Wenzel, y B. J. Griffin (Eds.), *Handbook of the psychology of self- forgiveness* (p. 17–28). Springer International Publishing.

Macaskill, A. (2012). Differentiating dispositional self-forgiveness from other-forgiveness: Associations with mental health and life satisfaction. *Journal of Social and Clinical Psychology, 31*(1), 28-50. doi: 10.1521/jscp.2012.31.1.28

Macaskill, A., Maltby, J. & Day, L. (2002). Forgiveness of self and others and emotional empathy. *The Journal of Social Psychology, 142(*5), 663-665. doi:10.1080/00224540209603925

Marschall, D. E., Sanftner, J. L. & Tangney, J. P. (1994). The *state shame and guilt scale (SSGS).* Doctoral Thesis. George Mason University. Fairfax, VA.

Martin, A. (2008). *Exploring Forgiveness: The Relationship Between Feeling Forgiven by God and Self-Forgiveness for an Interpersonal Offense*. Vdm Verlag.

Mauger, P.A., Perry, J. E., Freeman, T., Grove, D. C, McBride, A.G. & McKinney K.E. (1992). The measurement of forgiveness: preliminary research. *Journal of Psychology and Christianity, 11*, 170-180.

McConnell, J. M., Dixon, D. N. & Finch, W. H. (2012). Perceived forgiveness from God and self-forgiveness. *Journal of Psychology and Christianity 31*(1).

McCullough, M. & Worthington, E. (1999). Religion and the forgiving personality. *Journal of Personality, 67*, 1141-1164. doi: 10.1111/1467-6494.00085

McCullough, M., Sandage, S. & Worthington, E. (1997). *To Forgive Is Human: How to Put Your Past in the Past* (Print on Demand ed.). IVP Books.

McGaffin, B. J., Lyons, G. B. & Deane, F. P. (2013). Self-forgiveness, shame, and guilt in recovery from drug and alcohol problems. *Substance Abuse, 34*(4), 396-404. doi: 10.1080/08897077.2013.781564

Prieto-Ursúa, M. & Echegoyen, I. (2015). ¿Perdón a uno mismo, autoaceptación o restauración intrapersonal? Cuestiones abiertas en Psicología del perdón. *Papeles del psicólogo*, *36*(3), 230-237.

Prieto-Ursúa, M. (2017). *Perdón y salud. Introducción a la psicología del perdón*. Publicaciones de la Universidad Pontificia Comillas.

Prieto-Ursúa, M., Carrasco, M., Cagigal, V., Gismero, E., Martínez, M. & Muñoz, I. (2012). El perdón como herramienta clínica en terapia individual y de pareja. *Clínica Contemporánea, 3*, 121-134.

Rangganadhan, A. R. & Todorov, N. (2010). Personality and self-forgiveness: The roles of shame, guilt, empathy and conciliatory behavior. *Journal of Social and Clinical Psychology, 29*(1), 1-22. doi: 10.1521/jscp.2010.29.1.1

Ross, S. R., Kendall, A. C., Matters, K. G., Wrobel, T. A. & Rye, M. S. (2004). A personological examination of self and other-forgiveness in the Five factor model. *Journal of Personality Assessment, 82*(2), 207-214. doi:10.1207/s15327752jpa8202_8

Squires, E. C., Sztainert, T., Gillen, N. R., Caouette, J. & Wohl, M. A. (2012). The problem with self-forgiveness: Forgiving the self-deters readiness to change among gamblers. *Journal of Gambling Studies, 28*(3), 337-350. doi:0.1007/s10899-011-9272-y

Strelan, P. (2007). Who forgives others, themselves, and situations? The roles of narcissism, guilt, self-esteem, and agreeableness. *Personality and Individual Differences, 42,* 259–269. doi: 10.1016/j.paid.2006.06.017

Tangney, J. P., Boone, A. L. & Dearing, R. (2005). Forgiving the self: Conceptual issues and empirical findings. *Handbook of forgiveness*, 143-158.

Tangney, J.P. & Heigel, R.L. (2002). Shame and Guilt. *Encyclopedia of Human Relationships, 67-83.* doi:10.4135/9781412958479.n249

Thompson, L.Y. Snyder, C. R., Hoffman, L., Michael, S. T., Rasmussen, H. N. & Billings, L. S. (2005). Dispositional forgiveness of self, others and situations. *Journal of Personality, 73*(2), 313-359. doi:10.1111/j.14676494.2005.00311.x

Vitz, P. (1999). A critique of self-forgiveness. *Journal of Consulting and Clinical Psychology, 2*(3), 8-11.

Vitz, P. C. y Meade, J. M. (2011). Self-forgiveness in psychology and psychotherapy: A critique. *Journal of Religion and Health*, *50*(2), 248-263. doi:10.1007/s10943010-9343-x

Walker, D. F. & Gorsuch, R. L. (2002). Forgiveness within the big five personality model. *Personality and Individual Differences, 32*, 1127–1137. doi:10.1016/S0191-8869(00)00185-9

Witvliet, C, Ludwig, T. & Bauer, D. (2002). Please forgive me: Transgressors' emotions and physiology during imagery of seeking forgiveness and victim responses. *Journal of Psychology and Christianity, 21*, 219-233.

Wohl, M. A., DeShea, L. & Wahkinney, R. L. (2008). Looking within: Measuring state self- forgiveness and its relationship to psychological well-being. *Canadian Journal of Behavioural Science, 40*(1), 1-10. doi: 10.1037/0008-400x.40.1.1.1

Wohl, M. A. & McLaughlin, K. J. (2014). Self-forgiveness: The good, the bad, and the ugly. *Social and Personality Psychology Compass, 8*(8), 422-435. doi:10.1111/spc3.12119

Wohl, M. A. & Thompson, A. (2011). A dark side to self-forgiveness: Forgiving the self and its association with chronic unhealthy behaviour. *British Journal of Social Psychology, 50*(2), 354-364. doi: 10.1111/j.2044-8309.2010.02010.

Woodyatt, L. & Wenzel, M. (2013). Self-forgiveness and restoration of an offender following an interpersonal transgression. *Journal of Social and Clinical Psychology, 32*(2), 225-259. doi: 10.1521/jscp.2013.32.2.225

Worthington, E. L. (2006). *Forgiveness and Reconciliation: Theory and Application* (1.ª ed.). Routledge.

Zechmeister, J. S. & Romero, C. (2002). Victim and offender accounts of interpersonal conflict: Autobiographical narratives of forgiveness and unforgiveness. *Journal of Personality and Social Psychology, 82*(4), 675-686. doi:10.1037/0022-3514.82.4.675

7. REFERENCIAS

Beléndez, M. (2011). Traducción y adaptación al castellano del cuestionario de Gratitud disposicional (CG-6). [Documento pdf] Universidad de Alicante. Recuperado de http://www.psy.miami.edu/faculty/mmccullough/GratitudeRelated%20Stuff/Spanish_gratitude_scale_Belendez2011.pdf

Crespo, M. & Cruzado, J. A. (1997). La evaluación del afrontamiento: adaptación española del cuestionario COPE con muestra de estudiantes universitarios. *Análisis y Modificación de Conducta, 23*, 797-830.

Díaz, D., Rodríguez-Carvajal, R., Blanco, A., Moreno-Jiménez, B., Gallardo, I., Valle, C., & van Dierendonck, D. (2006). Adaptación española de las escalas de bienestar psicológico de Ryff. *Psicothema, 18*, 572-577.

Emmons, R. A., & Kneezel, T. E. (2005). Giving thanks: Spiritual and religious correlates of gratitude. *Journal of Psychology and Christianity, 24*, 140-148

Emmons, R. A., & McCullough, M. E. (2003). Counting blessings versus burdens: An experimental investigation of gratitude and subjective well-being in daily life. *Journal of Personality and Social Psychology, 84*(2), 377–389. https://doi.org/10.1037/0022-3514.84.2.377

Hildenbrand, A. K., Alderfer, M. A., Deatrick, J. A., & Marsac, M. L. (2014). A mixed methods assessment of coping with pediatric cancer. *Journal Of Psychosocial Oncology, 32*(1), 37-58. https://doi.org/10.1080/07347332.2013.855960

IBM Corp. (2012). *IBM SPSS Statistics for Windows, Version 21.0.* IBM Corp.

Jurbergs, N., Long, A., Ticona, L., & Phipps, S. (2009). Symptoms of Posttraumatic Stress in Parents of Children with Cancer: Are they Elevated Relative to Parents of Healthy Children? *Journal of Pediatric Psychology*, *34*(1), 4–13. https://doi.org/10.1093/jpepsy/jsm119

Kylmä, J., & Juvakka, T. (2007). Hope in parents of adolescents with cancer--factors endangering and engendering parental hope. *European Journal Of Oncology Nursing, 11*(3), 262-271. https://doi.org/10.1016/j.ejon.2006.06.007

Laing, M.C & Moules, N.J. (2014). Stories from cancer camp: tales of glitter and gratitude. *Journal of Applied Hermeneutics, 31,* 1-16. https://doi.org/10.11575/jah.v0i0.53235

Lazarus, R. S. & Folkman, S. (1986). *Estrés y procesos cognitivos*. Editorial Martínez Roca.

Long, K. A. & Marsland, A. L. (2011). Family adjustment to childhood cancer: A systematic review. *Clinical Child and Family Psychology Review, 14,* 57-88. https://doi.org/10.1007/s10567-010-0082-z

López, J. y Rodríguez, M.I. (2007). La posibilidad de encontrar sentido en el cuidado de un ser querido con cáncer. *Psicooncología*, 4, 111-120.

López, J., Ortiz, G. y Noriega, C. (2019). Crecimiento Postraumático en padres de niños y adolescentes con cáncer. *Anales del Sistema Sanitario de Navarra, 42* (3), 325-337. https://doi.org/10.23938/ASSN.0717

López, J., Velasco, C y Noriega, C. (2021). The role of acceptance in parents whose child suffers from cancer. *European Journal of Cancer Care, 30*, e13406. https://doi.org/10.1111/ecc.13406

López-Ibor, B. (2008). E de Esperanza. En C. Guaita (Ed.), *Contigo aprendí* (pp.105-120) Editorial San Pablo.

López-Ibor, B. (2009). Aspectos médicos, psicológicos y sociales del cáncer infantil. *Psicooncología*, *6,* 281-284.

Lukas, E. (2004). *Psicología espiritual.* Editorial San Pablo

McCullough, M. E., Emmons, R. A., & Tsang, J.-A. (2002). The grateful disposition: A conceptual and empirical topography. Journal of Personality and Social Psychology, 82(1), 112–127. https://doi.org/10.1037/0022-3514.82.1.112

Peterson, C. & Seligman, M.E.P. (2004). *Character Strenghts and Virtues.* New York: Oxford University Press.

Roberts, R. (2004). *The Blessings of Gratitude* (pp. 58–78). https://doi.org/10.1093/acprof:oso/9780195150100.003.0004

Ulman, D. (2007). *MY WAY - Writings of young adult cancer survivors.* The Ulman Cancer Fund For Young Adults.

Unsworth, K., Turner, N., Williams, H.M., & Piccin-Houle, S. (2010). Giving thanks: the relational context of gratitude in postgraduate supervision. *Psychology and Behavioral Sciences Collection, 35*, 871-888. https://ssrn.com/abstract=2182322

Velasco, C., Bengoechea, C., & López-Ibor, B. (2019). Afrontamiento y bienestar psicológico en padres de niños y adolescentes con cáncer durante el tratamiento. *Psicooncología*, *16*(2), 227-249. https://doi.org/10.5209/psic.65589

Watkins, P. C., Woodward, K., Stone, T., & Kolts, R. L. (2003). Gratitude and happiness: development of a measure of gratitude, and relationships with subjective well-being. *Social Behavior & Personality, 31*, 431-452. https://doi.org/10.2224/sbp.2003.31.5.431

Wood, A. M., Joseph, S., & Linley, P. A. (2007). Coping style as a psychological resource of grateful people. *Journal of Social and Clinical Psychology, 26*, 1076-1093. https://doi.org/10.1521/jscp.2007.26.9.1076

CAPÍTULO 20
LAS VIRTUDES COMO FACTOR PROTECTOR ANTE UN PROCESO DE ENFERMEDAD TERMINAL

Clara Molinero Caparrós
c.molinero.prof@ufv.es

Clara Molinero Caparrós y Elena Zahino Gamero
elenazahino16@gmail.com

Universidad Francisco de Vitoria, Facultad de Psicología, Madrid, España.

1. LAS VIRTUDES RECUPERAN SU ESPACIO EN LA PSICOLOGÍA

Aunque no de manera exclusiva, la propuesta de la Psicología Positiva (Peterson y Seligman, 2004) de Seligman (2017) hizo que la virtud fuera ganando cada vez un mayor espacio. Generalmente son presentadas desde una visión más bien aristotélica, con algunas adaptaciones según cada autor. Así, por ejemplo, para Peterson y Seligman (2004), habría 6 fortalezas del carácter: sabiduría y conocimiento, valor, humanidad, trascendencia, moderación y justicia. Cada una de ellas, desglosable en virtudes más específicas. En consecuencia, una vida virtuosa en estos términos resulta en una vida más plena, más robusta; mejor preparada para afrontar los retos que puedan venir, e incluso capacitada para aprovecharlos, aprendiendo de ellos y fortaleciéndose en la adversidad (Llano, 2012).

La presente comunicación no tiene como objetivo desarrollar una exposición exhaustiva del origen de toda la teorización sobre las virtudes, ni de las diferencias

entre los distintos enfoques que las trabajan. Más bien, pretende recoger cómo las virtudes pueden ayudarnos a vivir más plenamente la vida incluso ante la certeza de una muerte cercana (Krause, Hill e Ironson, 2019). Tener un enfoque psicológico que las incluye permite desarrollar modelos explicativos e intervenciones que ejerciten estas virtudes como factor protector; favoreciendo la salud, la resiliencia, la responsabilidad (Donda, 2008; Seligman, 1999) y el florecimiento humano hasta encontrar la plenitud en la vida (Sandage y Hill, 2001; Roberts, 1998).

2. UN GRAN RETO: ATRAVESAR UNA ENFERMEDAD TERMINAL

En un estudio realizado por Bayés et. al. (2000) con profesionales del ámbito de la salud, se estudiaron los factores que podrían ayudar a una persona a morir en paz. El 53,9% señaló aspectos emocionales, un 26,5% la dimensión espiritual y un 20% la autonomía o control personal. Recibir un diagnóstico con pronóstico grave, es un momento vital que pone en jaque todas las estructuras mentales, los propósitos y metas pendientes, todo el sistema de creencias, las fortalezas y virtudes que pueda tener una persona (Krause, Hill e Ironson, 2019).

De pronto, el tiempo que se escapa, se vuelve más evidente. Las preguntas existenciales afloran, vivir inconscientemente se torna casi imposible (Spitzenstätter y Schnell, 2020). A la hora de invertir el tiempo, surgen acciones como estar con los seres queridos, acabar proyectos que se tienen a medias, dejar un patrimonio, un testimonio o una huella que perdure en la memoria de los que se quedan, agradecer el bien recibido, encontrar un sentido al total de nuestra vida, etc. (Olalla, 2005).

Paradójicamente, el sufrimiento existencial se vuelve una preocupación, enfrentarse a su propia angustia y mortalidad de forma inevitable, los sentimientos de desesperanza o pérdida del sentido hacen necesario iniciar un proceso de recuerdo o reintegración de aquellas experiencias positivas de las etapas de su vida (Wang, Chow y Chan, 2017).

Como reto, aparecen preguntas que son difíciles de ignorar, como si la única solución fuera aceptar lo accidental de la existencia (Sartre, 1938). Evidentemente, este tipo de preguntas no aparecen de forma fría, sino que emociones como la incertidumbre y el miedo, suelen acompañar todo este diálogo existencial (Spitzenstätter y Schnell, 2020).

3. ALGUNAS VIRTUDES COMO FACTOR PROTECTOR EN ESTOS RETOS

Ante esta tarea vital que es el hecho de acercarnos a la muerte, recogemos algunas de las virtudes que consideramos que pueden fortalecer a las personas en esta situación. Se señalan solo algunas de ellas; conscientes de que probablemente

cualquier virtud podría entrar en este listado. Se han elegido, siguiendo la clasificación de Seligman (2017) pero complementada por propuestas de otros autores, tomando como criterio cuáles tienen un papel más directo con los retos que hemos recogido anteriormente.

3.1. Creatividad y Curiosidad

La Psicología Positiva realiza de forma continua un cuestionamiento sobre las posibles visiones culturales de la resiliencia o la virtud humana que pueden pasarse por alto o ignorarse, planteándose preguntas tan vitales sobre por ejemplo la creatividad o talento. Para poder establecer la creatividad como virtud se tiene que identificar como una cualidad psicológica valiosa en la persona. No se puede valorar la creatividad como un medio, sino como un fin, como una cualidad que tiene un valor final e intrínseco en la persona (Sampson, 1993; Gaut, 2014).

Se ha demostrado que el uso del arte y creatividad es muy beneficioso ante experiencias dolorosas, y aunque no permita a la persona escapar de una realidad inmodificable, puede reavivar el anhelo de soñar y mirar un futuro (Rodríguez y Roy, 2004). Para muchos pacientes, bien sean enfermos de cáncer, crónicos o pacientes con una edad muy avanzada, el hecho de expresar lo que llevan en su interior a través de una actividad artística puede servirles como una forma de alejar ese sufrimiento y poner distancia, recuperando en cierto modo las ganas de vivir, así como una forma de dar un sentido a su experiencia, compartirla y ofrecerla como sabiduría para otros (Phaneuf, 2008; Furman, 2011; Wood, Jacobson y Cridford, 2019).

3.2. Prudencia, Perspectiva y Sabiduría

Aunque para Seligman (2017) la prudencia viene dentro de las fortalezas relacionadas con la moderación; recogemos en este apartado esta virtud, pero relacionada con las de la perspectiva y la sabiduría (Aristóteles, 1970; Schwartz y Sharpe, 2010; Schwartz y Sharpe, 2019; Bangen, Meeks y Jeste, 2013).

La prudencia es conocida como la madre de las virtudes morales, favorece la justicia, la fortaleza y la templanza (Pieper, 2018). Confiere al hombre una disposición para actuar en base a lo que es bueno sobre aquello que contribuya a su virtud y felicidad, acompañando a las personas en sus acciones, ante el riesgo y la incertidumbre y les ayuda a actuar acertadamente (Aristóteles, 1970; Chillón, 2019; Orozco, 2010).

Una persona prudente tiene la capacidad de realizar una buena deliberación antes de actuar, con la vista puesta en un bien, en un fin (Aristóteles, 1970). Ante la cercanía de la muerte, la prudencia guía a la voluntad hacia los mejores medios para lograr los fines que le acerquen hacia al bien último de la persona (Ferrari,

2019). Finalmente, esta prudencia puede acercar a la persona a fines relacionados también con el sentido de la vida, la trascendencia, la fe, y Dios (Escrivá y Balaguer,1977; McCullough y Snyder,2000; Philipon,1983). Esta persona prudente, si además tiene perspectiva y sabiduría (Peterson y Seligman, 2004) logrará exprimir el tiempo y orientar sus recursos hacia los bienes que desea conseguir antes de morir. Algunos de los elementos que la sabiduría facilita son: conocimiento de la vida, valores prosociales, autocomprensión, homeostasis emocional, tolerancia, apertura, espiritualidad, sentido del humor, entre otros (Bangen, Meeks y Jeste, 2013; Schwartz y Sharpe, 2019).

3.3. Fortalezas de la Justicia: Responsabilidad Social y Lealtad, Equidad y Liderazgo

El final de la vida que se acerca pone delante, como si fuera una película, una especie de resumen con sabor a ajuste de cuentas. La persona se encuentra en un proceso de toma de decisiones, con sensación de cierre, de final, de tener todavía la capacidad de dar algo al otro, y no es fácil quedarse indiferente (Krikorian, Maldonado y Pastrana, 2020). Esta fotografía de la huella que estamos dejando en el mundo pone delante de nosotros la identidad que hemos transmitido, el liderazgo que hemos ejercido, el modelo o inspiración que hemos podido ser (Sharpe, Curran, et. al., 2018).

Estas virtudes permiten a la persona utilizar el tiempo que tiene como última oportunidad de ser justo, de restituir donde dejamos algo a deber y de retribuir o agradecer los bienes recibidos a través de, por ejemplo, intervenciones centradas en el agradecimiento y el perdón (Barbero y Social, 2017). Se escriben memorias autobiográficas positivas reexperimentando sensaciones, dando un sentido de plenitud y un crecimiento personal, avivando en la persona el deseo de reunirse con lugares de su pasado, con personas significativas o con el sentido de identidad que la enfermedad no ha hecho desaparecer (Barbero y Social, 2017).

3.4. Fortalezas de Valor: Valentía, Perseverancia, Honestidad y Vitalidad

Al relacionar la virtud con la salud psicológica y la Psicología Positiva podría entenderse que aquellas personas que padecen de forma física o psicológica podrían no disponer de alguna virtud (Sandage y Hill, 2001), y en cierta manera, algunas intervenciones como la Terapia Breve se centran en la solución y gestión de los síntomas sin hacer frente a factores de carácter virtuoso (Winegar y Bistline, 1994), por lo que sería fundamental que los psicólogos integren los aportes sobre las virtudes en sus intervenciones ya que se basarían en un mayor afrontamiento y adaptación al tiempo relacionado con una mirada a lo que le rodea más significativa y moral (Sandage y Hill, 2001; Gelso y Woodhouse, 2003). En el caso de

aquellas personas que sufren de forma física o psicológica, la vitalidad se vuelve un constructo necesario, ya que ante factores somáticos o psicológicos negativos puede verse alterada (Ryan y Deci, 2008) siendo por ejemplo el estrés un factor que se asocia de forma muy negativa con las fortalezas positivas como la satisfacción con la vida (Denovan y Macaskill, 2017). Ryan y Frederick (1997) afirmaron que aquellas personas que desarrollaran una mayor vitalidad tendrían mayor energía para llevar a cabo las actividades de su vida cotidiana y sentirán una exaltación en el yo.

3.5. Amor y bondad, humildad y perdón

Separándonos del esquema de Seligman (2017) proponemos la humildad y el perdón asociados al amor y la benevolencia (o bondad). Entendiéndolos como dos manifestaciones relacionadas con la virtud clásica de la magnanimidad (Vasalou, 2019), más que con la fortaleza de la moderación (como propone Seligman, 2017).

El amor es lo que le hace ser al hombre refiriéndose al deseo voluntario de que la persona amada sea y llegue a ser (Blondel, 1950; Selles, 2014). En esa relación entre sujetos donde la virtud del amor es lo que prima, amar viene a significar aprobar, bien sea a algo o a alguien, dándolo por bueno o llamándolo bueno, y en base al amor y la forma de amar, también se puede dar un querer que espera a ser completado en un futuro donde cambiaría la situación presente de las cosas (Pieper, 2018).

Por lo tanto, se podría decir que el centro de los hombres sería el querer y la voluntad y que en relación con esa voluntad encontraríamos el amor, siendo el acto principal y centro de la existencia de las personas. El hecho de tomar conciencia de la finitud de la vida hace que los hombres desarrollen una mayor conciencia y amor intenso por todo lo que le rodea (Abt, 2006).

Por su parte, dentro de la experiencia del perdón las personas en el último momento de sus vidas repasan algunas de las ofensas que han podido cometer o recibir, así como algunos remordimientos que emergen (Alarcón, 2009). Para poder perdonar, existe un proceso que requiere distintas fases, de intensidad variable según las características de la ofensa en cuestión: se vuelve a hacer presente el dolor de la ofensa, se integra la información contextual para dar un sentido a lo ocurrido y, finalmente, se cierra el proceso experimentando los beneficios de liberarse del resentimiento, la ira y el dolor que implicaba no haber perdonado (Enright y Fitzgibbons, 2015).

Ante la muerte, otra virtud importante es la humildad (Peterson y Seligman, 2004). Ante la valoración sobre sus actos en el pasado, la persona puede crear una coraza que le impida reconocer sus asuntos pendientes, cerrando la posibilidad de restauración, reconciliación y perdón. Sin embargo, si la persona es humilde y abierta a estos procesos entenderá que forman parte de la felicidad propia (Rocamora, 2017). La humildad, además, le permitirá abrirse al amor gratuito de las

personas en los últimos momentos de su vida, donde sus méritos y capacidades físicas pueden verse reducidos (Peterson y Seligman, 2004; Poordad y Momeni, 2019; García, et. al., 2020).

La mirada de una persona que se encuentra al final de sus días hacia su vida pasada le confronta con su realidad, con su pasado, y esto ofrece la oportunidad de integrar los eventos positivos y negativos, y entender que son lo que le ha llevado a ser quien es (Alarcón, 2009; Krause, Hill e Ironson, 2019). Cuando la persona llega a perdonar y perdonarse a sí mismo, aumenta la sensación de paz, se reconstruye el sentido de la vida y crece la esperanza en el futuro (De Jesús, 2019; Krause, Hill e Ironson, 2019; Crespo, 2004).

3.6. Fortalezas de la trascendencia: Belleza, Gratitud, Esperanza, Humor y Espiritualidad

La fortaleza de la trascendencia (y sus virtudes asociadas) es una de las más importantes como factor de protección de la salud mental y la influencia que tiene en el transcurso de enfermedades (Vázquez y Hervás, 2009; Poordad y Momeni, 2019).

Existen tres modos distintos de poder querer a un objeto, bien porque es útil, agradable o digno de que le quieran, pero solamente el último realiza una trascendencia del sujeto que quiere, ya que el acto de la voluntad es el sujeto y la trascendencia del querer se basa simplemente en quererlo porque es digno y querible por sí mismo. El hombre realiza la trascendencia del conocer y, por lo tanto, se trascienden a sí mismos cuando tienen el conocimiento y justicia del querer (Caffarra, 1985).

En el conocimiento, en el acto de conocer y donde la persona trasciende en sí misma, se percata de la naturaleza de sí mismo. Pero el hombre no es solo espíritu, sino que también hay que contar con su cuerpo, un cuerpo que muere, y cuando eso ocurre, ya no se puede concebir a la persona humana, pero desde esa trascendencia y la omnipotencia divina podría darse una restauración de la unidad humana, siendo posible a través de la invocación del amor omnipotente que pueda y quiera perdonarnos y otorgarnos una vida inmortal (Caffarra, 1985; Pieper,2018).

Algunos estudios sobre la gratitud recogen su correlación con la esperanza y la felicidad (Witvliet et. al., 2019), así como su rol facilitador de procesos de perdón, reconciliación, sentido de la vida, preparación ante la muerte (García, et. al., 2020; Poordad y Momeni, 2019).

Sobre la belleza, se podría dedicar un tratado exclusivo a esta virtud. Sin embargo, ajustándonos al objetivo de este trabajo, quisiéramos resaltar la importancia que puede tener la percepción de la belleza, desarrollar la capacidad de asombro, de contemplación para vislumbrar con amor la vida que tenemos y que, en este

caso, toca a su fin (Kristjánsson, 2019). La capacidad de reconocer la belleza implica ser capaces de ver el bien en las cosas, tanto a nivel sensorial como a nivel moral. Esta virtud colabora también con nuestra capacidad de ver una coherencia y sentido a la vida que hemos vivido (Peterson y Seligman, 2004).

Dentro de la espiritualidad, la fe viene a significar creer algo a alguien, ya que la persona creyente da por válido en virtud del testimonio de otra persona un contenido como real y verdadero. Sin embargo, el hecho de creer o no, no se puede hacer en contra de la voluntad de una persona, ya que la persona que cree lo hace porque quiere, con una completa libertad (Pieper, 2018).

Se han estudiado los efectos psicológicos positivos que tiene la fe, evidenciando la existencia de un componente compensatorio, ya que las personas creyentes son más felices que las personas que no creen en nada. La relación que la fe tiene con la espiritualidad y el futuro es un soporte básico, ya que la fe es muy eficaz a la hora de enfrentarse a la desesperación, aumentando la felicidad (Seligman, 2011). Víktor Frankl (2006) ya reflejaba en sus escritos la existencia de un inconsciente espiritual que va más allá de la conciencia y la persona y se fundamenta en la religiosidad humana, habiendo una tendencia inconsciente pero intencional hacia Dios. Sin embargo, la fe entendida como virtud no distingue de manera necesaria entre la espiritualidad de experiencias transpersonales y la religiosidad basada en el dogma y favorecido por el entorno sociocultural (Moreira, Inman y Cloninger, 2021).

La fe es una virtud que dota al ser humano de la capacidad de afrontar situaciones adversas con un impacto positivo (De Jesús, 2019). Rodríguez, Fernández et. al. (2011) hacen referencia en su trabajo a los beneficios que la espiritualidad provoca en el sistema inmune como el afrontamiento del dolor o prevención de accidentes. En relación con esto, la fe es lo que puede ayudar a la persona a manejar el miedo a la muerte, por lo que la creencia religiosa reduciría el miedo a la espera de la vida eterna (Sábado y Benito, 2003); así como la experiencia de perdón a uno mismo, perdón interpersonal y perdón de parte de Dios (Fincham y May, 2020).

4. LA VIDA PLENA HASTA EL ÚLTIMO DÍA DE NUESTRA VIDA: ALGUNAS SUGERENCIAS PRÁCTICAS

Cuando en fases de enfermedad avanzada la percepción de la calidad de vida va disminuyendo, lo primero que se observa es el aumento de los síntomas físicos propios de la enfermedad, la fatiga, el dolor, y posteriormente las emociones negativas como ansiedad o miedo (Agra y Badía, 1999). En estos momentos, se ha estudiado cómo cuidar la espiritualidad mejora la calidad de vida y la regulación de las emociones negativas mencionadas (Quinceno y Vinaccia, 2009; Fincham y May, 2020). Por su parte, otros estudios empíricos han demostrado también cómo

la capacidad de reconciliar hechos pasados, recuperar o reforzar ciertos vínculos, perdonar y agradecer reduce los síntomas físicos y aumenta la calidad de vida (Fincham y May, 2020; Olalla, 2005; Lee y Enright, 2019), así como la percepción de sentido global de nuestra existencia (Spitzenstätter y Schnell, 2020; Bergman y Bodner, 2018).

Estos pacientes desarrollan procesos cognitivos como la desesperanza (Evers et. al., 2001) relacionándose como un posible factor de riesgo desfavorable para la salud del paciente, no solo física, sino psicológica (Abramason, Matalsky y Alloy, 1989). Este estado se produce a raíz de unos procesos vitales o patologías que pueden causar en la persona consecuencias graves hasta llegar a la muerte (Pérez, 2014). La persona renuncia a la posibilidad de lograr cualquier cosa, desiste de encontrar que las cosas a su alrededor salgan bien, perdiendo toda esperanza y desembocando en daños a nivel físico y psicológico (González y Montaño, 2012). Por lo tanto, una muerte en paz y con dignidad haría referencia a un vivir con esa paz y dignidad el camino de la enfermedad hasta el final (Olalla, 2005).

El carácter inevitable de la muerte en una enfermedad terminal amenaza el significado y existencia de la vida, por lo que las personas elegirían distintas estrategias de afrontamiento para bien, evitar la muerte o aceptarla (Tomer, Eliason y Wong, 2008). Las virtudes y fortalezas tienen resultados muy favorecedores en la felicidad, satisfacción con la vida o resiliencia de las personas (Niemiec, 2018; Gustems y Calderón, 2014), por lo que las personas que lleguen a desarrollarlas lograrán enfrentar las dificultades y llevar una vida más plena (Niemiec, 2018).

REFERENCIAS

Abt, A. C. (2006). *El hombre ante la Muerte: Una mirada antropológica*. Segundas Jornadas de Psicooncología XII Congreso Argentino de Cancerológia.

Alarcón Soca, I. (2009). *Necesidades espirituales de los pacientes terminales del servicio de medicina en el Hospital Nacional Dos de Mayo [*Tesis de Maestría, Universidad Nacional Mayor de San Marcos].

Aristóteles (1970). Ética a Nicómaco. Eds. y Trads. María Araujo y Julián Marías. Instituto de Estudios Políticos. Madrid.

Bangen, K. J., Meeks, T. W. & Jeste, D. V. (2013). Defining and assessing wisdom: A review of the literature. *The American Journal of Geriatric Psychiatry*.

Barbero Gutiérrez, J., & Social, O. (2017). Manual para la atención psicosocial y espiritual a personas con enfermedades avanzadas: Intervención psicológica y espiritual.

Bayés, R., Limonero, J.T., Romero, E. & Arranz, P. (2000). ¿Qué puede ayudarnos a morir en paz? *Medicina Clínica, 115*, 579-582.

Bergman, Y. S. & Bodner, E. (2018). The connection between subjective nearness-to-death and depressive symptoms: The mediating role of meaning in life. *Psychiatry research*, *261*, 269-273.

Blondel, M. (1950). *Exigences philosophiqes du Christianisme*, 241.

Rocamora, A. (2017). Culpa y perdón en el proceso de sanación.

Caffarra, C. (1985). Trascendencia y finitud.

Chillón, J. M. (2019). Heidegger y la prudencia aristotélica como protofenomenología. *Ideas y valores*, *68*(169), 133-152.

Crespo, M. (2004). *El perdón: una investigación filosófica* (Vol. 216). Encuentro.

De Jesús Anastasio, A. J. (2019). *Revisión teórica sobre las fortalezas psicológicas desde la virtud de la trascendencia en el campo de la salud* (Doctoral dissertation, Universidad Nacional Autónoma de México).

Denovan, A. & Macaskill, A. (2017). Stress and subjective well-being among first year UK undergraduate students. *Journal of Happiness Studies, 18*, 505-525.

Donda, C.S. (2008). Virtudes y conducta. En Diccionario Latinoamericano de Bioética. Bogotá: UNESCO. Red Latinoamericana y del Caribe de Bioética: Universidad Nacional de Colombia, pag 133.

Enright, R. D. & Fitzgibbons, R. P. (2015). *Forgiveness therapy: An empirical guide for resolving anger and restoring hope*. American Psychological Association.

Escrivá, S. J. & Balaguer, D. (1977). Amigos de Dios. *Rialp, Madrid*.

Ferrari Mogliani, A. (2019). ¿Qué es para I. Kant ser prudente? *Dios y el Hombre*, *3*.

Frankl, V. (2006). *La presencia ignorada de Dios*. 12 edición. Barcelona: Herder.

Fincham, F. D. & May, R. W. (2020). Divine, interpersonal, and self-forgiveness: Independently related to depressive symptoms? *The Journal of Positive Psychology*, *15*(4), 448-454.

Furman, L. R. (2011). Last breath: Art therapy with a lung cancer patient facing imminent death. *Art Therapy*, *28*(4), 177-180.

García Vázquez, F. I., Valdés Cuervo, A. A., Martínez Ferrer, B. & Parra Pérez, L. G. (2020). Forgiveness, gratitude, happiness, and prosocial bystander behavior in bullying. *Frontiers in psychology*, *10*, 2827.

Gaut, B. (2014). Mixed motivations: creativity as a virtue. *Royal Institute of Philosophy Supplements*, *75*, 183-202.

Gelso, C. J. & Woodhouse, S. (2003). Toward a positive psychotherapy: Focus on human strength. In W. B. Walsh (Ed.), *Counseling psychology and human strengths* (pp. 344–369). NY: Erlbaum.

Gustems, J. & Calderón, C. (2014). Character strengths and psychological wellbeing among students of teacher education. *International Journal of Educational Psychology, 3(3), 265-286.*

Krause, N., Hill, P. C. & Ironson, G. (2019). Evaluating the relationships among religion, social virtues, and meaning in life. *Archive for the Psychology of Religion*, *41*(1), 53-70.

Krikorian, A., Maldonado, C. & Pastrana, T. (2020). Patient's perspectives on the notion of a good death: a systematic review of the literature. *Journal of pain and symptom management*, *59*(1), 152-164.

Kristjánsson, K. (2019). The limitations of even supreme moral virtue: Why we need contemplation and wonder to flourish. In *Flourishing as the Aim of Education* (pp. 73-90). Routledge.

Lee, Y. R.& Enright, R. D. (2019). A meta-analysis of the association between forgiveness of others and physical health. *Psychology & health*, *34*(5), 626-643.

Llano A. (2012). Claves para educar a la generación del yo. Cuadernos Suplemento. Centro de Bioética Juan Pablo II.

McCullough, M.E. & Snyder, C.R. (2000). Classical sources of human strength: Revisiting an old home and building a new one. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 19, 1–10.

Moreira, P. A., Inman, R. A. & Cloninger, C. R. (2021). Virtues in action are related to the integration of both temperament and character: Comparing the VIA classification of Virtues and Cloninger's biopsychosocial model of personality. *The Journal of Positive Psychology*, 1-18.

Niemiec, R. M. (2018). Character strengths interventions: a field guide for practitioners. Canadá: Hogre.

Olalla, F. M. (2005). Morir en paz, morir con dignidad, más allá de los cuidados paliativos. *Jano*, *68* (1.567), 1824.

Orozco-Delclos, A. (2010). Los hábitos hacen al hombre. Cuadernos Suplemento. Centro de Bioética Juan Pablo II.

Peterson, C. & Seligman, M. E. (2004). *Character strengths and virtues: A handbook and classification* (Vol. 1). Oxford University Press.

Phaneuf, M. (2008). Creativity at the nurse's service. *Spinal cord*, *1*, 1.

Philipon, M. M. (1983). *Los dones del Espíritu Santo*. Palabra

Pieper, J. (2018). *Las virtudes fundamentales*. Ediciones Rialp

Poordad, S. & Momeni, K. (2019). Death anxiety and its relationship with social support and gratitude in older adults. *Iranian Journal of Ageing*, *14*(1), 26-39.

Roberts, R.C. (1988). Therapies and the grammar of a virtue. In R.H. Bell (Ed.), *The grammar of the heart: New essays in moral philosophy and theology* (pp. 149–170). San Francisco: Harper & Row.

Rodríguez, D. & Roy, F. (2004**)**. *L'art-thérapie*. Revue Le vis-à-vie, vol. 14, no. 2.

Rodríguez, M., Fernández, M., Pérez, M. & Noriega, R. (2011). Espiritualidad variable asociada a la resiliencia. *Cuadernos Hispanoamericanos de Psicología*. 11(2), 24-49.

Ryan, R. M. & Deci, E. L. (2008). From ego depletion to vitality: Theory and findings concerning the facilitation of energy available to the self. *Social and Personality Psychology Compass*, *2*, 702-717.

Ryan, R. M. & Frederick, C. (1997). On energy, personality, and health: Subjective vitality as a dynamic reflection of well-being. *Journal of Personality, 65*, 529-565.

Sábado, J. T. & Benito, J. G. (2003). Variables relacionadas con la ansiedad ante la muerte. *Revista de psicología general y aplicada: Revista de la Federación Española de Asociaciones de Psicología*, *56*(3), 257-279.

Sampson, E.E. (1993). Identity politics: Challenges to psychology's understanding. *American Psychologist*, 48, 1219–1230.

Sandage, S. J. & Hill, P. C. (2001). The virtues of positive psychology: The rapprochement and challenges of an affirmative postmodern perspective. *Journal for the theory of social behaviour*, *31*(3), 241-260.

Sartre, J. P. (1938). *La nausée*. Gallimard Ed. París.

Schwartz, B. & Sharpe, K. (2010). *Practical wisdom: The right way to do the right thing*. Penguin.

Schwartz, B. & Sharpe, K. E. (2019). Practical wisdom: What Aristotle might add to psychology.

Seligman, M.E. (1999). The president's address. *American Psychologist*, 54, 559–562.

Seligman, M.E., (2011). Authentic Happiness. Ediciones B, S. A. Consell de Cent, 425-427. Barcelona.

Seligman, M. E. (2017). *La auténtica felicidad*. B DE BOOKS.

Sellés, J. F. (2014). Si el amor es acto o virtud de la voluntad. *Agora: papeles de Filosofía*, *33*(1).

Sharpe, L., Curran, L., Butow, P. & Thewes, B. (2018). Fear of cancer recurrence and death anxiety. *Psycho-oncology*, *27*(11), 2559-2565.

Spitzenstätter, D. & Schnell, T. (2020). Effects of mortality awareness on attitudes toward dying and death and meaning in life—a randomized controlled trial. *Death Studies*, 1-15.

Tomer, A., Eliason, G. T. & Wong, P. T. (2008). Existentialism and spiritual issues in death attitudes. *NJ: Erlbaum*, *45*(2), 675-680.

Vasalou, S. (2019). *The Measure of Greatness: Philosophers on Magnanimity*. Oxford University Press.

Vázquez, C., Hervás, G. (2009). Psicología Positiva Aplicada. 2da. Edición. Biblioteca de Psicología. *Descleé De Brouwer.*

Wang, C. W., Chow, A. Y. & Chan, C. L. (2017). The effects of life review interventions on spiritual well-being, psychological distress, and quality of life in patients with terminal or advanced cancer: a systematic review and meta-analysis of randomized controlled trials. *Palliative medicine*, *31*(10), 883-894.

Witvliet, C. V., Richie, F. J., Root Luna, L. M. & Van Tongeren, D. R. (2019). Gratitude predicts hope and happiness: A two-study assessment of traits and states. *The Journal of Positive Psychology*, *14*(3), 271-282.

Wood, M., Jacobson, B. & Cridford, H. (Eds.). (2019). *The international handbook of art therapy in palliative and bereavement care*. Routledge.

PARTE VI.
LAS VIRTUDES EN LA CLÍNICA

CAPÍTULO 21
TRAUMA PSICOLÓGICO Y VIRTUD

Fernando de los Bueis Ordóñez
fbueiso@uao.es
Profesor Universidad Abat Oliba CEU,
Barcelona

1. CONSIDERACIONES PRELIMINARES

El trauma psicológico es un concepto, que, como tal, ha sido fundamentalmente desarrollado por la psicología y la psiquiatría. Estas disciplinas han abordado la exposición de los diferentes eventos que, generalmente, pueden detonar su aparición, la descripción de su sintomatología característica y los diferentes abordajes que pueden ser convenientes para su tratamiento. Sin embargo, si nos hacemos la pregunta "¿qué es un trauma?" son escasos los intentos por dar una respuesta enraizada en lo que el hombre es. Para intentar dar una explicación a tal pregunta y sus implicaciones en el desarrollo de la virtud, nos dejaremos iluminar por el pensamiento de Santo Tomás de Aquino, ya que, si bien es cierto que nunca utilizó este término, en su obra podemos encontrar los elementos antropológicos y psicológicos necesarios para ordenar nuestra respuesta de un modo satisfactorio. En nuestros días son diversos los trabajos por desarrollar una psicología tomista pero escasos los que han intentado responder a este fenómeno. Uno de estos pocos intentos por fundamentar antropológicamente el trauma desde la doctrina del Aquinate, es el realizado por el Dr. Rojas Saffie, de quien tomamos el relevo para seguir profundizando en este fenómeno tan complejo.

Antes de adentrarnos en nuestra explicación queremos partir de una serie de consideraciones previas.

En primer lugar, el trauma como mal puede tener diferentes grados de radicación en función del número de potencias afectadas en su operación y, en este sentido, no es un concepto unívoco sino análogo, que implica de algún modo a diferentes potencias del alma humana, así como a su ordenación natural. Su uso a nivel lingüístico en la actualidad es muy extendido y por lo general se refiere a realidades en parte iguales, en parte diferentes. Así podemos hablar de trauma en general, de trastorno de estrés postraumático, de recuerdo traumático, de conocimiento traumático, de trauma como base de un trastorno de personalidad, etc.

En segundo lugar, se trata de un mal y, por tanto, debe ser entendido más que un conjunto de síntomas más o menos graves, como algo que, siendo debido no se encuentra presente en la persona que lo sufre[1]. En este sentido, no se trata tanto de dar una explicación de cada uno de los síntomas o efectos independientemente, sino de describir qué es eso que no está y en qué se diferencia de otros males de orden psicológico. La amplia variabilidad de manifestaciones psicopatológicas que el trauma produce es lo que hace más difícil nuestros esfuerzos. La pregunta que nos hacemos es: ¿cuál es el mal que origina estos efectos o este funcionamiento alterado?

En tercer lugar, el trauma es un tipo de mal que hace decrecer los hábitos, debido a que su maldad puede radicarse más o menos en el sujeto[2], afectando incluso al acto humano ya sea cognoscitivo o apetitivo.

En cuarto lugar, el trauma afecta tanto a las potencias cognoscitivas como las apetitivas, sin embargo, no les afecta del mismo modo. Para entender cómo corrompe o destruye, es de vital importancia considerar la jerarquía ontológica de las facultades en dicha afectación[3], así como su mutua dependencia.

El trauma, como un mal que afecta al orden accidental del ser humano, puede ser entendido de dos modos. Por un lado, tenemos lo que es denominado más técnicamente el evento traumático, es decir, algo que golpea a alguien. Así, el trauma supone que algo fundamental para el hombre es atacado, destruido o pervertido. En segundo lugar, la palabra trauma también es usada para describir la herida o las secuelas de dicho golpe, es decir, algo que desordena de un modo accidental las operaciones psicológicas. Así podemos usar la palabra trauma como algo que se sufre o se vive y como algo que se tiene.

2. EL EVENTO TRAUMÁTICO

Es evidente que para que exista un desorden traumático, es necesario que algo le ocurra a alguien, que algo golpee a alguien, que algo altere de algún modo par-

1 TOMÁS DE AQUINO, *Suma de Teología* I q.48 a.3 in c
2 TOMÁS DE AQUINO, *Suma de Teología* I-II q.52 a.2 in c
3 TOMÁS DE AQUINO, *Suma de Teología* I q.78 a.1 in c

ticular a una persona[4]. Pero, ¿qué es lo que padece el hombre traumatizado? ¿Qué es lo que le golpea? A estas preguntas debemos responder diciendo que el evento traumático es un acto llevado a cabo por un agente que tiene por resultado o efecto la sustracción o privación violenta[5] de un bien al que el hombre tiende de forma natural y que, por tanto, es fundamental para su propio perfeccionamiento. Así, lo que padece el hombre que es traumatizado es un mal que es contrario a su tendencia natural como hombre, pero ¿cuáles son estos bienes? Los bienes a los que tendemos por nuestra propia naturaleza, es decir, a los que tendemos por los primeros principios naturales del orden práctico[6]. Estos son el bien mismo, la propia supervivencia, la unión de los sexos, la crianza de la prole, la dependencia filial, la vida en sociedad y la búsqueda de la verdad divina. Cualquier mal que de forma violenta atente contra estos bienes puede ser considerado como potencialmente traumático, un ataque terrorista, un accidente de tráfico, una violación, una infidelidad, un abuso, un maltrato, etc., son denominados traumáticos porque son contrarias a alguna de estas tendencias naturales en el hombre y, por tanto, atentan contra su propia naturaleza como hombre. En otras palabras el trauma como algo que se padece se sufre o se vive es el atentado violento contra el modo de vida natural del hombre y más concretamente contra aquellos bienes que son pilares para su crecimiento perfectivo, los primeros principios naturales y las tendencias naturales que surgen de dichos principios.

Hasta el momento hemos definido aquello sin lo cual no se puede hablar de trauma, pero tan solo hemos mencionado lo puede provocar un trauma en la persona. En el siguiente apartado analizaremos la naturaleza de ese golpe, porque dicho golpe penetra en las facultades del hombre produciendo una herida o indisposición.

3. EL TRAUMA COMO INDISPOSICIÓN

Es igualmente evidente que un atentado contra la naturaleza del hombre no es algo gratuito, no es algo que se vive y ya está, sino que tiene una repercusión en su funcionamiento como hombre. Así podemos hacer referencia al trauma como algo que se tiene, como una herida en el funcionamiento cognitivo y apetitivo humano.

En este sentido debemos preguntarnos ¿qué es aquello que dicho mal ha herido? ¿de qué queda privado el hombre cuando vive un mal así? Las repercusiones tanto cognitivas como afectivas son muy amplias y variadas en función del grado de radicación de la indisposición. Sin embargo, es nuestra intención delimitar cual

4 ECHABURÚA, E. *Superar un trauma*, p. 29-30
5 TOMÁS DE AQUINO, *Suma de Teología* I-II q.6 a 5 in c.
6 PINCKAERS, Servais T. *Las fuentes de la moral cristiana*, p.476-477

es la indisposición que da lugar a todas las demás posibles indisposiciones y por tanto que afecta al desarrollo de la virtud.

Si algo es común a todos los traumas es que la persona que lo vive no entiende aquello que le ocurrió, es decir, existe una indisposición para entender y comprender ese mal particular que le aconteció. Así, debemos poner nuestra atención en aquellas facultades que nos permiten conocer un suceso u objeto particular. En este sentido, las facultades que conforman lo que denominamos "razón particular"[7] quedan impedidas para sus perfecciones racionales, pudiendo solo realizar sus operaciones propias. El mal del trauma como indisposición radica en que dichas facultades no pueden realizar las operaciones que reciben de la razón. La cogitativa[8] deja de realizar la "*collatio*"[9] de la imagen y la "memoria"[10] no puede integrar la imagen valorada en el "*experimentum*"[11]. Según esto, el suceso vivido no puede ser valorado o comparado con respecto al resto de sucesos vividos y así, no puede ser integrado en ese tesoro que denominamos experiencia.

Privadas de estas operaciones que son racionales por participación, estas facultades actúan automáticamente estimando naturalmente tal evento y reteniendo como costumbre la imagen; imposibilitando que dicho evento traumático pueda ser conocido o entendido. Esta indisposición tiene graves implicaciones para lo que Santo Tomás denominó falta de inteligencia de lo presente y memoria del pasado[12]. Esta indisposición no solo puede impedir el desarrollo de la prudencia sino que también altera la ciencia moral por la cual aplicamos los primeros principios del orden práctico al "caso particular"[13]. Así, no podemos entender el principio en el caso particular porque no puede conocer el caso particular.

Podemos según esto decir que la indisposición del trauma es la indisposición racional de los sentidos internos, pero a esta indisposición, dada su importancia, pueden añadírsele otra serie de indisposiciones como puede ser la indisposición para el desarrollo de la prudencia, la indisposición para la ciencia moral o incluso la indisposición para que los primeros principios del orden práctico actualicen al entendimiento (aegritudo animalis[14]).

Vemos así cómo el trauma puede pasar de ser un desorden que afecte al conocimiento de un único evento o que afecte a todo el desarrollo de la personalidad humana.

---

7 TOMÁS DE AQUINO, *Suma de Teología* I-II q.51 a.3 in c

8 ECHAVARRÍA, Martín F. *La praxis de la psicología y sus niveles epistemológicos según santo Tomás de Aquino*, p. 122

9 JUANOLA, Joan d´Avila. *Actualidad psicológica de la teoría de los sentidos internos en santo Tomás de Aquino*, p. 105-106

10 RODRÍGUEZ, Victorino. *Los sentidos internos*, p. 79-80

11 RODRÍGUEZ, Victorino. *Los sentidos internos*, p. 108-110

12 TOMÁS DE AQUINO, *Suma de Teología* I-II q.57 a.6 ad 4

13 TOMÁS DE AQUINO, *Suma de Teología* I-II q.94 a. 4 in c

14 ECHAVARRÍA, Martín F. *La enfermedad "psíquica" (aegritudo animalis) según Santo Tomás*

Sin embargo, el desorden cognoscitivo no es suficiente para explicar este desorden, o si se prefiere, no es suficiente para explicar que se sostenga en el tiempo. Si decíamos que era evidente que en el trauma lo común era el no entender, también es evidente que lo común en todos los traumas es que la persona sufre y sufre de modo máximo. Para justificar por qué la cogitativa y la memoria, en tanto que facultades implicadas en la razón particular, no son capaces de realizar sus actos racionales debemos recurrir a la pasión vehemente que generan y que impide el uso de la razón. El dolor que despierta dicho mal y el miedo a que pueda volverse a repetir son tales que afectan incluso a las facultades sensibles estableciendo el desorden cognoscitivo que antes hemos descrito. En función de la virtud del sujeto que lo padece y la "gravedad"[15] de dicho mal, podemos diferenciar afectivamente diferentes fenómenos. Puede hacer "temblar de miedo o estremecerse de tristeza"[16] al virtuoso, establecer o agravar un estado de "continencia o perseverancia"[17], impedir el desarrollo de la prudencia y las demás virtudes morales en tanto que relacionadas, o someter a la persona a un estado de bestialidad (*aegritudo animalis*). Estas alteraciones en el apetito contribuirán aún más si cabe a privar el uso de la razón[18]. Todas las alteraciones cognoscitivas, apetitivas y conductuales definirán lo que se denomina "la experiencia de quien es traumatizado"[19] o lo que es lo mismo, su funcionamiento posterior, que se manifiesta en forma de síntomas.

Vemos cómo el trauma psicológico, en tanto que atenta contra la naturaleza humana, puede indisponer para las partes intrínsecas de las virtudes e, imposibilitando el conocimiento de algún hecho concreto, llegar a impedir el desarrollo perfectivo personal. Pero también debemos contemplar que la virtud es fortaleza y así el que la posee puede quedar en cierta medida protegido de esta radicación de la indisposición. No solo el que la posee queda de algún modo protegido sino que el que ya ha quedado dañado, mediante la virtud recuperará la disposición ordenada.

REFERENCIAS

Tomás de Aquino (2010). *Suma de Teología: edición bilingüe.* BAC

Echeburúa, E. (2004). *Superar un trauma.* Ediciones Pirámide

Echavarría, M. F. (2009) *La praxis de la Psicología y sus niveles epistemológicos según Santo Tomás de Aquino.* UCALP.

---

15 ROJAS, Juan P. *Terapia EMDR: un análisis a la luz de la obra de santo Tomás,* p. 148

16 TOMÁS DE AQUINO, *Suma de Teología* I-II q.59 a.2 in c

17 TOMÁS DE AQUINO, *Suma de Teología* I-II q.58 a.3 ad 2

18 ROJAS, Juan P. *Terapia EMDR: un análisis a la luz de la obra de santo Tomás,* p.167-168

19 ROJAS, Juan P. *Terapia EMDR: un análisis a la luz de la obra de santo Tomás,* p. 169-174

Echavarría, M. F. (2003). *La enfermedad "psíquica" (aegritudo animalis) en Santo Tomás.* Academia.edu. Recuperado el 01/10/2021 de https://www.academia.edu/3044010/La_enfermedad_ps%C3%ADquica_aegritudo_animalis_seg%C3%BAn_santo_Tom%C3%A1s [consulta 01/10/2021]

Juanola J. (2015). *Actualidad psicológica de la teoría de los sentidos internos en Santo Tomás de Aquino.* [Tesis de doctorado, Universitat Abat Oliba CEU]. https://www.tdx.cat/bitstream/handle/10803/361396/Tjjc.pdf?sequence=1

Pinckaers, S.T. (2007). *Las fuentes de la moral cristiana.* EUNSA.

Rodríguez, V.(1993). *Los sentidos internos.* PPU.

Rojas, J. P. (2017). *Terapia EMDR: un análisis a la luz de Santo Tomás.* [Tesis de doctorado, Universitat Abat Oliba CEU]. https://dialnet.unirioja.es/servlet/tesis?codigo=157045

CAPÍTULO 22
LOS TRASTORNOS DE LA PERSONALIDAD A LA LUZ DE LOS VICIOS CAPITALES

Oriol Correa Nuño
ocorrean@uao.es

Universitat Abat Oliba CEU, Facultad de Psicología, Barcelona, España

1. INTRODUCCIÓN

La comunicación versa sobre la comparación entre la doctrina de los vicios capitales explicada por Santo Tomás de Aquino con los trastornos de la personalidad que recoge el Manual Diagnóstico y Estadístico de la Asociación Americana de Psiquiatría en su 5ª edición (DSM-5). Concretamente, se busca explicitar en qué medida tres trastornos de la personalidad de esta clasificación contemporánea (el narcisista, el límite y el antisocial) incluyen en sus descripciones sintomatológicas aspectos que ya estaban presentes en la clasificación tomista. Para llevar a término esta comparación, se ha señalado aquellas similitudes observadas entre la definición de cada uno de estos vicios, y los de sus hijas, con varios de los síntomas que caracterizan susodichos trastornos de personalidad. Sin embargo, antes de empezar, nos gustaría señalar que somos conscientes de que la posibilidad de comparar la psicología clínica y la ética debería ser acompañada de una justificación más extensa. No obstante, tomaremos susodicha afirmación como una petición de principio, redirigiendo a otros textos para una exposición más detallada (Correa, 2021) y limitándonos a indicar que ambas disciplinas parecen compartir el estudio de los desórdenes de la naturaleza humana, en un caso como trastornos mentales, en el otro como formas desordenadas habituales del comportamiento.

Estas formas habituales del comportamiento pueden disponer para una operación que favorece los fines de la naturaleza del hombre o que los impide y son clasificados como virtudes, si la favorecen, o vicios, si la impiden. Estas virtudes y vicios no se articulan independientemente las unas de las otras, sino que, como señala el Doctor Angélico, «las virtudes morales son conexas» (Aquino, 1993, p.485) y jerárquicas. Del mismo modo, sucede entre algunos vicios, en la medida que tienden «a algunos fines apetecibles principalmente por sí mismos, de tal modo que a estos fines se ordenen los otros vicios» (Aquino, 2015, p. 411). Estos vicios, que por el atractivo de su fin son capaces de engendrar otros muchos, son los llamados capitales (Aquino, 1993, p. 653) y generan «una especie de síndrome moral, que resulta inexplicable si no se lo reconduce al vicio que lo origina» (Echavarría, 2021, p. 77). La noción de capitalidad introduce, por tanto, la causa final como aspecto vertebrador de la clasificación, porque considera que los vicios se desarrollan como una manera de consecución de los fines sumamente apetecibles en los que los capitales consisten (Aquino, 2015) y sólo podrían ser corregidos en la medida que se abordara terapéuticamente el vicio capital correspondiente (Echavarría, 2021).

Ahora bien, centrándonos en el tema en cuestión, la primera distinción que realiza el Aquinate pasa por diferenciar los vicios capitales que «se ordenan a la adquisición [desordenada] de un cierto bien» (Aquino, 2015, p. 412). De esta manera, el vicio relacionado con el bien del alma racional da lugar a la vanagloria, los bienes del cuerpo a la gula, si refiere a la conservación del individuo, y a la lujuria, si refiere a la conservación de la especie, y, en cuanto a los bienes exteriores, a la avaricia. Por otro lado, se destacan los vicios capitales que surgen como resultado de la tristeza de no poder poseer un bien que se desea desordenadamente, lo que supone un acto moral malo, porque «no está referido convenientemente a su materia u objeto» (Aquino, 2015, p. 412). Santo Tomás señala que, de esta desordenada valoración, se siguen dos movimientos, ante ese bien que se considera como un obstáculo, la huida o el enfrentamiento. Por parte de la huida, surgen dos vicios capitales dependiendo de si el bien del que se huye es poseído por el mismo sujeto, que es el caso de la acedia, o si es poseído por el prójimo, que es el caso de la envidia. Por parte del movimiento de enfrentamiento, se deriva un único vicio capital que es el de la ira, por el cual se busca resistir o combatir el obstáculo que nos impide alcanzar el bien que se desea desordenadamente (Aquino, 2015, p. 412).

Tras haber expuesto aquellos hábitos que apartan al hombre de su naturaleza, cabe destacar que tanto las buenas disposiciones, las virtudes, como las malas, los vicios, forman en su conjunto el carácter. Este se estructura en función del fin que busca el individuo, consolidando por medio de la acción aquellos hábitos que más le acercan a él. De hecho, siguiendo a Echavarría «el temperamento, sería la parte de la personalidad determinada biológicamente, mientras que el carácter sería la parte adquirida de la personalidad» (Echavarría, 2020, p. 74). No obstante, dejando de lado los determinantes biológicos de la personalidad, nos centrare-

mos, a continuación, en mostrar que los elementos que describen e identifican los trastornos de personalidad (TP) (APA, 2013), es decir, los síntomas, pueden ser comprados con el síndrome moral que constituyen algunos de los vicios capitales junto a sus hijas.

2. TRASTORNO DE PERSONALIDAD NARCISISTA (TPN)

El trastorno de personalidad narcisista creemos poder relacionarlo con el vicio capital de la vanagloria y el resto de sus hijas. Esta idea ha sido presentada previamente por otros autores como Echavarría (2015) que lo considera conectado a la vanidad y la presunción, o, a Barroso (2017) que señala que:

> La percepción de uno mismo como superior e «invencible» que conduce a comportarse de este modo vicioso, como si los peligros no pudiesen alcanzarnos, es semejante a la sintomatología conductual presente en trastornos como el trastorno de personalidad narcisista. (p. 223)

Como muestra de ello, basta con considerar que el objetivo del complejo moral de la vanagloria y sus hijas, la tendencia «a la manifestación de la propia excelencia» (Aquino, 2015, p. 451), debe de estar detrás de los comportamientos con los que el manual describe este TP: «patrón general de grandiosidad, necesidad de admiración y falta de empatía» (APA, 2013, p. 670).

El trastorno de personalidad narcisista en la versión más reciente del Manual Diagnósticos y Estadístico de los Trastornos Mentales (DSM-5) describe este trastorno en aquellas personas que presentan comportamientos de al menos cuatro de los nueve síntomas que presentamos a continuación:

1. Tiene sentimientos de grandeza y prepotencia (p. ej., exagera sus logros y talentos, espera ser reconocido como superior sin contar con los correspondientes éxitos).
2. Está absorto en fantasías de éxito, poder, brillantez, belleza o amor ideal ilimitado.
3. Cree que es «especial» y único, y que sólo pueden comprenderle o sólo puede relacionarse con otras personas (o instituciones) especiales o de alto estatus.
4. Tiene una necesidad excesiva de admiración.
5. Muestra un sentimiento de privilegio (es decir, expectativas no razonables de tratamiento especialmente favorable o de cumplimiento automático de sus expectativas).

6. Explota las relaciones interpersonales (es decir, se aprovecha de los demás para sus propios fines).
7. Carece de empatía: no está dispuesto a reconocer o a identificarse con los sentimientos y necesidades de los demás.
8. Con frecuencia envidia a los demás o cree que éstos sienten envidia de él.
9. Muestra comportamientos o actitudes arrogantes, de superioridad. (APA, 2013., p. 670)

De hecho, el mismo vicio de la vanagloria consiste para santo Tomás en la necesidad de despertar en los otros admiración, lo cual, advierte, no es posible sin conllevar un grave desorden (Aquino, 2015, p. 447). Para Barroso, la necesidad de excesiva admiración lleva al narcisista a buscar que «los demás se percaten de esta superioridad y a captar su admiración; es decir, en palabras de santo Tomás, a comportarse de modo jactancioso y falso» (Barroso, 2017, p. 227). Una forma de jactancia, que es precisamente una de las hijas de la vanagloria, se da «cuando uno se excede al hablar de sí por encima de lo que realmente vale» (Aquino, 1994, p. 259) o «se atribuye falsamente lo que no tiene» (Aquino, 1994, p. 531) que es una manera equivalente a la actitud por la que uno «exagera sus logros y talentos» (sínt. 1). Esta exageración lleva al hombre a una especie de autoengaño, que se da en varios aspectos (éxito, poder, belleza, amor, …) (sínt. 2), puesto que «alguien puede gloriarse vanamente tanto de lo que tiene como de lo que no tiene, y tanto de bienes espirituales [como el ser capaz de hacer algo], como también de bienes temporales» (Aquino, 2015, p. 443). Esta sobreestimación, además, tiene como consecuencia la ambición, que es otra hija de la vanagloria, por la que «uno apetece el testimonio de una excelencia que no tiene» (Aquino, 1994, p. 355) y genera dos pasiones contrapuestas, por un lado, la exigencia de susodicha admiración (sínt. 5) y, por otro, la preocupación en caso de que tal admiración no se manifieste (sínt. 4). Este deseo tan desordenado de ser alabado, propio de la ambición es para el Doctor Angélico ocasión de «cometer muchos males; por ejemplo, si no repara en los medios con tal de conseguirlo» (Aquino, 1994, p. 355). Esta falta de consideración hacia los demás se observa en la explotación de las relaciones (sínt. 6) y se expresa en forma de actitudes de superioridad (sínt. 9). Dentro de estas actitudes podríamos incluir al conjunto de las hijas de la vanagloria por las que indirectamente se busca mostrar que «uno no es inferior a otro» (Aquino, 1994, p. 362). De hecho, teniendo en cuenta las características que apunta el enunciado del síntoma, es clara la comparación con las hijas del vicio capital puesto que se asemejan a los vicios de la pertinacia, la discordia, la contienda y la desobediencia.

3. TRASTORNO DE LA PERSONALIDAD LÍMITE (TPL)

Es el momento ahora de abordar el trastorno de personalidad del que hemos encontrado semejanzas con el vicio capital de la acedia. El DSM-5 describe este

trastorno como «un patrón general de inestabilidad en las relaciones interpersonales, la autoimagen y los afectos, y una notable impulsividad» (APA, 2013, p. 663). En este caso los síntomas con los que el manual describe este trastorno son los siguientes:

1. Esfuerzos desesperados para evitar el desamparo real o imaginado. (Nota: No incluir el comportamiento suicida ni de automutilación que figuran en el Criterio 5.)
2. Patrón de relaciones interpersonales inestables e intensas que se caracteriza por una alternancia entre los extremos de idealización y de devaluación.
3. Alteración de la identidad: inestabilidad intensa y persistente de la autoimagen y del sentido del yo.
4. Impulsividad en dos o más áreas que son potencialmente autolesivas (p. ej., gastos, sexo, drogas, conducción temeraria, atracones alimentarios). (Nota: No incluir el comportamiento suicida ni de automutilación que figuran en el Criterio 5.)
5. Comportamiento, actitud o amenazas recurrentes de suicidio, o comportamiento de automutilación.
6. Inestabilidad afectiva debida a una reactividad notable del estado de ánimo (p. ej., episodios intensos de disforia, irritabilidad o ansiedad que generalmente duran unas horas y, rara vez, más de unos días).
7. Sensación crónica de vacío.
8. Enfado inapropiado e intenso, o dificultad para controlar la ira (p. ej., exhibición frecuente de genio, enfado constante, peleas físicas recurrentes).
9. Ideas paranoides transitorias relacionadas con el estrés o síntomas disociativos graves. (APA, 2013, p. 663)

Sin embargo, cabe apreciarse que subyacente a la inconsistencia o inestabilidad afectiva que caracteriza el trastorno, puede encontrarse una causa, como es la falta de fin que motive la conducta. Esta ausencia de fin es lo que especifica la acidia que consiste en la renuncia al bien más perfecto que es posible buscar: la bienaventuranza (Aquino, 1993, p. 67) o la felicidad (Aquino, 1993, p. 69), pues como el mismo Doctor Humanitatis señala «el hombre ama a Dios porque de dicho amor se sigue una delectación» (Aquino, 2015, p. 480), que es el fin último del hombre. Como resultado de esta renuncia, se genera un sentimiento de inestabilidad afectiva e irritabilidad notable (sínt. 6) y vacío interior propio del TPL (sínt. 7), que para el Aquinate puede identificarse con la angustia o, en su grado más extremo,

con la acidia (Aquino, 1993, p. 308). Esta pasión, desde la perspectiva de Allers, sería consecuencia de no poder escapar de la tristeza que se provoca él mismo, tal vez inconscientemente, por el rechazo del bien espiritual que anhela (Oriol Correa Nuño, 2018, pp. 63ss). Esta tristeza explica el Aquinate es causante de la búsqueda, por parte del que la sufre, de acciones por medio de las cuales consiga evitarla o, como consecuencia, si el sujeto se ve arrastrado por ella, puesto que como afirma en la Suma Teológica «los hombres […] hacen igualmente muchas cosas a causa de la tristeza, sea para evitarla, sea para acometer alguna empresa presionados por ella» (Aquino, 1990, p. 321). Por lo que respecta, a estas acciones se derivan a su vez otros tres movimientos: la huida del fin (la desesperación, la pusilanimidad y la indolencia de los preceptos), el rechazo de los bienes que entristecen (el rencor y la malicia) y la búsqueda de otros bienes (la divagación de la mente por lo ilícito).

La primera de las hijas a la que vamos a hacer referencia es a la desesperación, que consiste en oponerse a alcanzar la bienaventuranza divina rechazando la ayuda prestada por Dios (Aquino, 1990, p. 161), es decir, como dice en otro punto, «la negligencia en considerar los beneficios divinos» (Aquino, 1990, p.192). Santo Tomás explica que la desesperanza procede de considerar que la bienaventuranza es imposible o que es un bien demasiado complicado de conseguir. De entre los distintos síntomas destaca una especial conexión con el que refiere al comportamiento o amenazas recurrentes de suicidio o comportamiento de automutilación (sínt. 5). Santo Tomás explica esta relación señalando que el sentimiento desagradable de la angustia, derivada de la falta de amor del bien espiritual que es lo propio de la acidia, provoca que el sufrimiento corporal sea, irracionalmente, más apetecible que el moral, plateándose el suicidio, como modo posible de alcanzar el bienestar (Aquino, 1994, p. 335; Echavarría, 2005).

Como consecuencia de la acedia, también se suelen derivar dos hijas que son el vicio de la indolencia, o torpeza, por los preceptos y el de la pusilanimidad (Aquino, 1990). Ambas, como explica el Aquinate, suponen junto a la desesperanza un modo de alejamiento del bien espiritual, sin embargo, a diferencia de esta, las dos anteriores se refieren a vicios que se derivan de la ausencia de hábitos por los que, dicho bien espiritual, es aplicado:

> Ahora, el alejamiento de los bienes espirituales que pueden dar placer pertenece tanto a un alejamiento del bien divino esperado, y esto se llama desesperanza, como un alejamiento del bien espiritual que debe hacer: lo que, ciertamente, en cuanto aquellas cosas de justicia común que pertenecen necesariamente a la salvación constituyen la torpeza en relación con los preceptos; y en cuanto a las cosas arduas que caen bajo los consejos constituya la pusilanimidad. (Aquino, 2015, p. 481)

Por un lado, el vicio de la torpeza en el cumplimiento de los preceptos podría estar relacionado con los síntomas que hacen referencia a un patrón de relaciones

interpersonales inestables (sínt. 2) y la alteración de la identidad (sínt. 3). Sostenemos esta doble relación porque entendemos que de la alteración de la identidad que se describe es responsable de «modificaciones repentinas de las opiniones y proyectos acerca de la profesión, la identidad sexual, los valores y tipos de amigos» (APA, 2013, p. 664), que no favorecen como señala el Doctor Angélico el desarrollo de «bienes que afectan a la justicia común». Por otro, la pusilanimidad que refiere a «las cosas arduas que caen bajo los consejos», aquellos retos que el hombre se encuentra en su experiencia vital concreta, que el hombre acaba abandonando por temor a fallar. Un ejemplo de este temor es el que se describe como síntoma del TPL en el que el sujeto se siente desamparado ante «una separación real de tiempo limitado o cambios inevitables en los planes» (APA, 2013, p. 663) (sínt. 1).

Además de la huida que se deriva de la acedia, el Doctor Humanidades describe que aquellos que no pueden gozar del bien espiritual tienden a buscar un nuevo fin último placentero que ordenará, consecuentemente todos los actos del sujeto, porque nadie puede aguantar largo tiempo en el mal puro (Aquino, 1990). Este nuevo placer suele ser corporal, porque como dice el Aquinate «quienes no pueden gozar de las delicias espirituales, se enfangan en las del cuerpo» (Aquino, 1990, p. 321). Esta búsqueda del placer corporal da lugar al vicio de la distracción o divagación de la mente en «aquellas cosas ilícitas en las que el alma carnal se deleita» (Aquino, 2015, p. 481). Lo cual es coherente con la obtención de placeres sensibles de modo desordenado que describe el cuarto de los síntomas que describe el manual, pues se realizan comportamientos potencialmente autolesivos.

Sin embargo, el Doctor *Humanitatis* también describe un tercer grupo de vicios que se siguen de una tercera forma de reacción a la ausencia de gozo en el bien espiritual que se sigue de la acedia. Este es el caso en el que involuntariamente el acídico se detiene en los bienes espirituales, en cuyo caso se pueden despertar dos modos desordenados de actuación: en tanto que se rechazan los bienes espirituales mismos se adquiere el vicio de la malicia, y, en tanto que se indigna ante aquellos que proponen o se deleitan en tales bienes, se desarrolla el rencor (APA, 1990). En cuanto a la relación que puede mantener con los síntomas del trastorno de personalidad que ahora tratamos, cabe señalar su semejanza con el síntoma que se refiere a una conducta de enfado frecuente, inapropiado e intenso (sínt. 8). Estas situaciones se suelen dar cuando la persona con trastorno límite percibe que van a abandonarles. De manera que podríamos considerar, que el bien que en este caso se rechaza es la posibilidad de valerse por sí mismo, y el rencor e ira que se despierta es contra aquellos que piensan que ese bien es alcanzable por él.

4. TRASTORNO DE PERSONALIDAD ANTISOCIAL (TPA)

Queda en último lugar referirnos al último de los trastornos de personalidad que todavía no hemos analizado, que es el trastorno de personalidad antisocial.

Sumariamente, se señala que este trastorno se caracteriza por «un patrón general de desprecio y violación de los derechos de los demás» (APA, 2013, p. 659). Adicionalmente, se explicitan en el manual el conjunto de características por las que se suele identificar la presencia de este TP en una persona y que, como hemos hecho en los apartados anteriores, reproducimos a continuación (APA, 2013, p. 659):

1. Incumplimiento de las normas sociales respecto a los comportamientos legales, que se manifiesta por actuaciones repetidas que son motivo de detención.
2. Engaño, que se manifiesta por mentiras repetidas, utilización de alias o estafa para provecho o placer personal.
3. Impulsividad o fracaso para planear con antelación.
4. Irritabilidad y agresividad, que se manifiesta por peleas o agresiones físicas repetidas.
5. Desatención imprudente de la seguridad propia o de los demás.
6. Irresponsabilidad constante, que se manifiesta por la incapacidad repetida de mantener un comportamiento laboral coherente o cumplir con las obligaciones económicas.
7. Ausencia de remordimiento, que se manifiesta con indiferencia o racionalización del hecho de haber herido, maltratado o robado a alguien.

Sin embargo, frente a los TP que hemos analizado previamente, en este caso nos encontramos con uno que no es asimilable al espectro moral de ninguno de los vicios capitales en concreto, sino que más bien surge de un modo general como el efecto conjunto de la presencia de todos los vicios capitales. De este modo, nos encontraríamos a un trastorno de personalidad que no es el inicio de las conductas desordenadas, sino la conducta más desordenada de todas, y, en este aspecto, parece asemejarse al odio. No obstante, el odio no constituye en sí mismo un vicio capital, pues «no es lo primero en la destrucción de la virtud causada por los vicios, sino lo último» (Aquino, 1990, p. 315). Por ello, no pueden ser identificadas sus características como causadas por él, sino, como destacábamos previamente, como efecto de muchos otros vicios capitales que iremos comentando, a continuación.

El primero de los vicios capitales al que haremos referencia es el vicio de la ira, que como explica el Doctor Angélico aparece «a título de disposición» (Aquino, 1990, p. 317). La ira, o iracundia, es el vicio por el que se desea desordenadamente la venganza o según la terminología tomística: «ira por vicio» (Aquino, 1994, p. 504). De ella, se derivan algunas de las hijas que están relacionados con los síntomas del trastorno de personalidad antisocial. Un ejemplo de ello es la riña o querella, que incluye todas aquellas consecuencias prácticas que se derivan de aplicar la venganza, que la ira desea desordenadamente (Aquino, 1994). Esta hija de la ira, la riña, en

tanto que toma la forma específica que procede del odio, podría relacionarse con el síntoma en el que se describe la ausencia de remordimiento ante el mal que se ha cometido (sínt. 7). Esta ausencia de remordimiento, podría ser una consecuencia de esa indiferencia propia de la riña cuando procede del odio, que no se preocupa de buscar una motivación para la agresión, sino que busca el mal del otro como un aspecto racionalmente apetecido por el sujeto. Frente a este síntoma, sin embargo, también hay cabida, en la descripción de los síntomas de este trastorno, para la riña procedente de la ira más pasional, pues estos sujetos suelen estar implicados en peleas (sínt. 4), como consecuencia de su irritabilidad (Aquino, 1994). Otra hija de la ira que explica otro de los síntomas del TPA es la hinchazón de espíritu por la que «el enojado reflexiona sobre diversas vías y modos por los cuales puede vengarse» (Aquino, 2015, p. 506), o aplicar su voluntad desordenada, pues es propio de estos sujetos incumplir las normas sociales de diversos modos (sínt. 1).

En cuanto a las relaciones con otros vicios capitales, podría señalarse que el comportamiento de la persona con este trastorno de personalidad también podría contener ciertas formas de comportamiento avaricioso, especialmente en lo que corresponde a la intención de adquirir en exceso manifestada por actos exteriores. El Aquinate destaca dentro de este grupo los vicios de la violencia, la mentira, el perjurio, el fraude y la traición (Aquino, 1994). En este sentido, el síntoma que más relación tiene con este conjunto de vicios es el segundo que como dice el manual «frecuentemente son mentiros y manipuladores con el fin de sacar provecho personal o por placer (p. ej., para obtener dinero, sexo o poder)» (APA, 2013, p. 680), pues la avaricia general puede referir a todo otro bien que puede adquirirse con el dinero. Adicionalmente, podríamos señalar que la traición como relacionada tanto con la capacidad de llevar a la práctica actos que pueden resultar en el perjuicio del prójimo que se ha comprometido a conservar, como el cuidado negligente de los hijos o la conducción temeraria (sínt. 5), como con la ausencia de remordimiento ante los males que haya provocado al prójimo para obtener su beneficio (sínt. 7).

En último lugar, cabe ahora hacer referencia a otro vicio capital que es el de la acedia y concretamente en relación con una de sus hijas que es la indolencia de los preceptos. En el trastorno de personalidad antisocial dos síntomas reflejan una negligencia en el cumplimiento de estas «tareas vitales» que supone la indolencia de los preceptos. Por un lado, el fracaso para planificar el futuro (sínt. 3); por otro, el rechazo al desarrollo de una actividad laboral estable a pesar de poseer la oportunidad o la falta de compromiso a nivel económico con las necesidades del prójimo (sínt. 6).

5. CONCLUSIÓN

A pesar de que hemos partido de una petición de principio que consideraba como parecidos objetos formales de disciplinas científicas que se suelen considerar heterogéneas, creemos haber mostrado que susodicha comparación es posible.

Para ello, hemos presentado los aspectos fundamentales la teoría ética de los vicios capitales según la síntesis tomista, especialmente la noción de capitalidad y la clasificación que de ella deriva. A continuación, hemos pretendido exponer una comparación novedosa y exhaustiva de las posibles relaciones encontradas entre los vicios capitales y los trastornos de personalidad. En los casos analizados, pensamos que la doctrina tomista permite comprender más adecuadamente los diversas trastornos de personalidad explicados, puesto que introduce la noción de causalidad final que no está presente en la clasificación caracteriológica que supone el DSM-5. Teniendo en cuenta, el parecido entre ambas clasificaciones, creemos importante señalar la conveniencia de que este sea un campo en el que se siga profundizando, con tal de poder aportar una perspectiva etiológica a los trastornos mentales que permita abordar de un modo más eficaz la práctica psicoterapéutica.

REFERENCIAS

American Psychiatric Association (APA). Guía de consulta de los criterios diagnósticos del dsm-5®. Madrid: editorial Médica Panamericana (2013)

De Aquino, Tomás. I-II, Suma Teológica (cuestiones salteadas). Tomo II. Madrid: Biblioteca de Autores Cristianos, 1993. ISBN: 8422013517

De Aquino, Tomás. II-II, Suma Teológica (c. 13 - 79) Tomo III. Madrid: Biblioteca de Autores Cristianos, 1990. ISBN: 8479140054

De Aquino, Tomás. II-II, Suma Teológica (c. 80 - 167) Tomo IV. Madrid: Biblioteca de Autores Cristianos, 1994. ISBN: 8479141182

De Aquino, Tomás. Cuestiones sobre el mal (c. 8 - 15) 2a Ed., rev. y corr. Pamplona: EUNSA, 2015 ISBN: 9788431330675

Barroso López, María dolores. Personalidad, virtud y autoconocimiento: El orden y desorden afectivo y sus influencias sobre el autoconocimiento. [En línea] Tesis doctoral: Universitat Abat Oliba CEU (2017) <http://hdl.handle.net/10803/432782> [consulta: 2 de diciembre de 2021]

Correa Nuño, Oriol. Fundamentos antropológicos de la psicoterapia según Rudolf Allers. [En línea] Trabajo Final de Grado: Universitat Abat Oliba CEU (2018) <https://www.recercat.cat/bitstream/handle/2072/348335/TFG-CORREA-2018.pdf?sequence=1> [consulta: 2 de diciembre de 2021]

Correa Nuño, Oriol. Los trastornos de la personalidad a la luz de los vicios capitales. [En línea] Trabajo Final de Máster: Universitat Abat Oliba CEU (2021) < https://

www.academia.edu/s/844abd122a?source=link > [consulta: 2 de diciembre de 2021]

Echavarría, Martín F. La práxis de la psicología y sus niveles epistemológicos según Santo Tomás de Aquino. Girona: Documenta Universitaria, 2005. ISBN: 8493434922

Echavarría, Martín F. «Los vicios opuestos a la fortaleza según Tomás de Aquino y su actualidad psicológica» en Echavarría, Martín F. (ed.) La formación del carácter por las virtudes. (vol. 2) Barcelona: Ediciones Scire (2015)

Echavarría, Martín F. «Personalidad y mal moral. La conexión de los vicios» Barcelona: Espíritu. LXIX (2020), n: 159, p. 71-94

Echavarría, Martín F. «Acedia y personalidad», p. 73 - 85 en Lafuente, Montserrat, Álvarez, Mar y Echavarría, Martín (editores). Antropología cristiana y ciencias de la salud mental. Madrid: Dykinson, 2021, ISBN: 9788413773780

CAPÍTULO 23

CÓMO SER PSICOTERAPEUTA Y CATÓLICO Y CRECER EN EL INTENTO

Carlos Chiclana Actis
carloschiclana@doctorcarloschiclana.com
Consulta Dr. Carlos Chiclana (Madrid – Sevilla)

1. ¿PSICOLOGÍA O ESPIRITUALIDAD?

¿Es posible integrar el trabajo profesional bien hecho como psicoterapeuta, la entrega personal a Dios en el estado que cada uno se encuentre, y la pertenencia fiel a la Iglesia Católica? Hay terapeutas que integran estas realidades de manera natural desde hace años, otros se inician ahora en este camino y se hacen preguntas como las que me plantearon en un encuentro con estudiantes universitarios de psicología: *"¿Qué diferencias habría en el proceso terapéutico de una persona que tiene fe y otra que no? ¿Es correcto realizar cierta dirección espiritual si el paciente lo necesita? ¿Cómo abordar cuando el paciente tiene un esquema antropológico distinto al mío? Hay personas que creen que la fe lo cura todo, y que si eres creyente no te hace falta ir al psicólogo. Por el contrario, hay gente que va al psicólogo ignorando su parte espiritual ¿Qué sería lo correcto entre los dos extremos?"*.

También hay profesionales con años de experiencia, católicos convencidos, que tienen una perspectiva como la que expresa este psicólogo en un comentario por escrito a un foro de deliberación entre profesionales de la salud mental en el que se discutía sobre esta integración psico-espiritual:

> No tiene sentido distinguir entre el plano existencial y el espiritual. El "sentido de nuestra existencia" es completamente dependiente de la acción de Dios en el hombre por medio del Espíritu Santo. Lo espiritual es el fin último...

> Es como separar la flecha de su diana, no se pueden entender separadas. Y la afectación es de arriba a abajo. Una causa psicológica nunca es independiente del origen espiritual. El problema es que hemos dividido en parte a la persona y al intentar reunirlas no nos damos cuenta de que la acción viene de lo más radical de la persona, que es su sentido personal. En fin...

Fijaos que él considera que no somos libres, sino «*completamente dependientes de la acción de Dios*» *y que* «*una causa psicológica nunca es independiente del origen espiritual*». A este psicólogo, le podríamos poner en diálogo con san Juan Pablo II, al que sé que le tiene mucho aprecio y devoción, que le contestaría lo siguiente:

> En cambio, sería un error querer transformar el sacramento de la penitencia en psicoanálisis o psicoterapia. El confesionario no es y no puede ser una alternativa al despacho del psicoanalista o del psicoterapeuta. Tampoco se puede esperar del sacramento de la penitencia la curación de situaciones de índole propiamente patológica. El confesor no es un curandero y tampoco un médico en el sentido técnico de la palabra; más aún, si el estado del penitente requiere atención médica, el confesor no debe afrontar el asunto, sino remitir al penitente a profesionales competentes y honrados. De modo análogo, aunque la iluminación de las conciencias exige la aclaración de las ideas sobre el contenido propio de los mandamientos de Dios, el sacramento de la penitencia no es, y no debe ser, el lugar de la explicación de los misterios de la vida[1].

Podemos resumir esta disputa con la siguiente afirmación: "El misterio de Cristo supera cualquier psicología, pero no la excluye".

Además, si preguntamos a los pacientes, pueden solicitar que se respeten sus creencias y más, como me decía una mujer el primer día, "*no quiero sin más que se me respete, como si fuera una rareza mía, sino que se tengan en cuenta y se integren en el trabajo terapéutico*".

Esto se ve también reflejado en diversos artículos, como una editorial de Lancet[2], que muestran que tenemos que reconocer que la mayoría de los individuos son espirituales, usan la espiritualidad para hacer frente a la angustia, y desean abordar la espiritualidad en terapia; y que la espiritualidad podría jugar un papel fundamental en la difusión de los tratamientos basados en pruebas y proporcionar nuevas perspectivas para mejorar nuestra comprensión de la condición humana.

---

1 San Juan Pablo II. Mensaje *Al venerado hermano cardenal William W. Baum, Penitenciario mayor.* 20 de marzo de 1998.

2 *Rosmarin DH, Pargament KI, Koenig HG.* Spirituality and mental health: challenges and opportunities. Lancet 2020 S2215-0366(20)30048-1

Los datos muestran que el 84% de la población mundial pertenece a algún grupo religioso[3], del 16% restante, un 68% cree en un ser superior, con lo que subimos a un 94% de personas con cercanía con lo espiritual y hay datos que muestran que hasta un 52% de pacientes quiere tratar temas espirituales en terapia[4].

Así, la primera idea a considerar sería que estamos ante un trabajo necesario tanto para estudiantes, personas en formación, profesionales ya formados y pacientes. Y que tenemos obligación de resolverlo porque es una competencia que nos solicitan en nuestro trabajo. Necesitamos aclarar cómo se hace esto porque se pueden dar diversas circunstancias, algunas aquí reflejadas, y hemos de tener particular cuidado con introducir este tema cuando no es el momento.

2. TRABAJAR PARA UNO MISMO

Lo segundo que quiero plantear es que, aunque la nuestra sea una profesión de servicio, hemos de trabajar para nosotros mismos en primer lugar. Vamos a observar 5 círculos que nos puedan orientar (Figura 1).

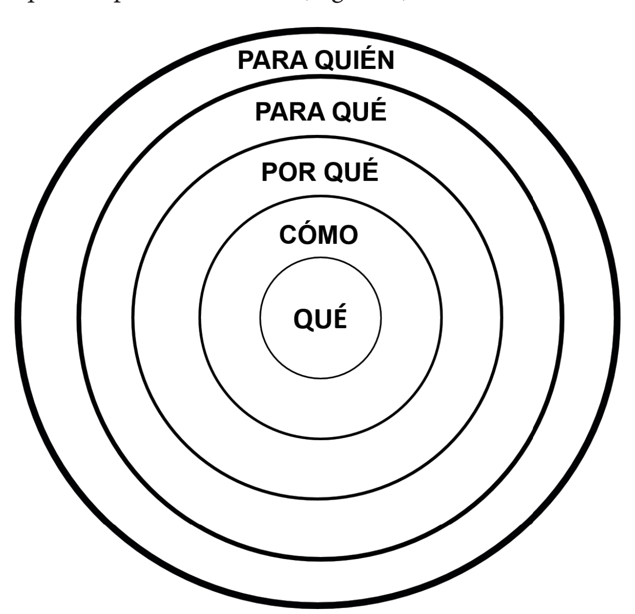


Figura 1. ¿Para quién trabajas?

[3] The global religious landscape: a report on the size and distribution of the world's major religious groups as of 2010. Pew Research Center. 2012.

[4] Rosmarin DH, Forester BP, Shassian DM, Webb CA, Björgvinsson T Interest in spiritually integrated psychotherapy among acute psychiatric patients. *J Consult Clin Psychol* 2015; **83:** 1149–53

En el centro podemos poner qué hace un terapeuta: psicoterapia, sabe qué hace, cuál es su trabajo y su tarea. El siguiente círculo añadiría cómo lo hace, un buen terapeuta domina la técnica. En el tercer círculo incorporamos por qué lo hace y qué le mueve, qué le empuja a estar en ese trabajo, si lo sabe ya estaríamos ante un terapeuta muy buen profesional. Podemos añadir otra pregunta más en el cuarto círculo: ¿para qué lo hace? Si ha reflexionado para comprender para qué trabaja y qué pretende conseguir con su tarea, cuáles son sus objetivos, ha añadido alta calidad a su desarrollo profesional. ¿Y si queremos ser excelentes profesionales? Propongo completar con un quinto círculo que engloba a todos los demás ¿para quién lo hace? Que cada uno se lo pregunte, porque pueden aparecer diferentes personas: ¿para el paciente, para uno mismo, para la sociedad, para Dios? ¿todos a la vez?

Es en esta última cuestión, sin retirar ninguna de las anteriores porque si no pierde sus fundamentos, donde me parece que puede aparecer de forma más notoria la integración de lo católico, en la persona. Pero insisto en la necesidad de tener los cimientos previos bien puestos porque la gracia presupone la naturaleza, lo sobrenatural precisa de lo natural.

Es necesario que, además de trabajar para los demás, trabajemos en primer lugar para nosotros mismos, en el sentido de que el trabajo nos haga más buenos, más bellos, más auténticos, más nosotros mismos, si no, sería un contradiós.

Del análisis de estas preguntas, podemos extraer algunas ideas:

1.Tener claro qué hago. Hago psicoterapia, no acompañamiento espiritual (Figura 2), son acciones muy diferentes. Una dimensión es el mundo interior y otra la vida interior. Una dimensión es la conciencia moral y otra la conciencia psicológica. En psicoterapia no se propone un modelo, en la vida cristiana sí.

2. Tener formación suficiente. Acreditarse como el mejor de los profesionales. Tener las competencias, habilidades y técnicas necesarias para abordar cada situación.

3. Conocer las motivaciones que tengo para realizar mi trabajo. Qué me ha movido para llegar hasta aquí. Para esto necesito hacer mi trabajo personal previo y tener supervisión.

4. Conocer qué pretendo conseguir, cuáles son mis objetivos: ganar dinero, ayudar, hacer el bien.

5. Reflexionar y vivir para quién trabajo.

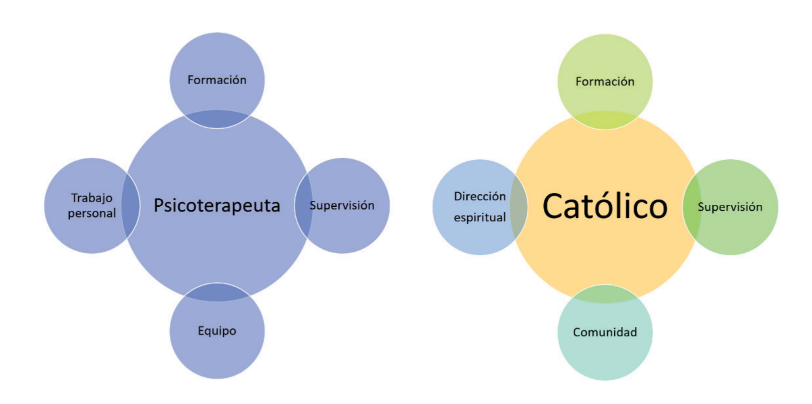


Figura 2.- Similitudes y diferencias entre psicoterapia y acompañamiento espiritual

3. EL SAGRADO ENCUENTRO DE DOS PERSONAS

Una vez que yo estoy bien centrado puedo salir al sagrado encuentro con otra persona, pero para salir tengo que estar dentro, para darme necesito poseerme.

Como sabéis, cuando se comparan las diferentes técnicas de terapia para saber cuál es la mejor, se encuentra que lo más importante de la terapia son los elementos comunes: compromiso, poder de sugestión, contacto, motivación, persuasión, apego, esperanza, calidez, grado en que están de acuerdo, confianza, empatía, contrato, idealización, compromiso, alianza, directividad, experiencia[5,6,7].

Un artículo publicado en el 2020 refiere que los siete factores que facilitan un tratamiento personalizado son el grado de reactancia con respecto al cambio; la fase del cambio en la que se encuentra el cliente-paciente; la cultura; el estilo de afrontamiento; el estilo de apego; las preferencias terapéuticas y los sentimientos religiosos y espirituales[8].

---

[5] Marcus, D. K., O'Connell, D., Norris, A. L., & Sawaqdeh, A. (2014). Is the Dodo bird endangered in the 21stcentury? A meta-analysis of treatment comparison studies. *Clinical Psychology Review*, *34*(7), 519-530. https://doi.org/10.1016/j.cpr.2014.08.001

[6] Mulder, R., Murray, G., & Rucklidge, J. (2017). Common versus specific factors in psychotherapy: Opening the black box. *The Lancet. Psychiatry*, *4*(12), 953-962. https://doi.org/10.1016/S2215-0366(17)30100-1

[7] Wampold, B. E. (2015). How important are the common factors in psychotherapy? An update. *World Psychiatry*, *14*(3), 270-277. https://doi.org/10.1002/wps.20238

[8] Muela Aparicio, A., Sansinenea Méndez, E.(2020). Tratamientos psicológicos personalizados: Orientacinoes clínicas. *Papeles del Psicólogo - Psychologist Papers*, *41*(1). https://doi.org/10.23923/pap.psicol2020.2915

Así, podemos observar que lo principal en la psicoterapia son las personas que están presentes y su modo de relacionarse. Si unimos esto, con el "para quién" visto previamente, me gustaría incluir una propuesta y plantear un posible marco antropológico, fundamentado en lo relacional heredado de la Trinidad. Si consideramos:

1. que el ser humano es y es en relación, que es un yo y que ese yo es dialógico;
2. que es en analogía con el ser de Dios, que también es y es en relación, que es tres personas que están en diálogo y relación continua;
3. que estamos hechos a imagen y semejanza de Dios y que por tanto participamos de ese ser espiritual y de esa capacidad dialógica, tanto hacia dentro de uno mismo como hacia fuera.

Podríamos concluir, como punto de partida, que estamos llamados como terapeutas católicos a ser y ser en relación. A ser, participando de los trascendentales del ser: bondad, verdad, belleza, unicidad y ser; y a ser en diálogo, en relación con uno mismo y sus distintos yoes, hacia adentro, y en relación con los demás, en acciones de amor, hacia afuera. Esto derivaría en amar a los pacientes, mirarlos con los ojos de Dios, aceptarlos tal y como Dios los acepta, sin juicios. Sugiero, si algún lector se atreve, que indague en estas cuestiones considerando la propuesta de trascendentales personales de Leonardo Polo[9].

4. QUERER A LOS PACIENTES Y DEFENDER SU LIBERTAD

Me contaba un psiquiatra y psicoterapeuta que trabajaba en una unidad de cuidados prolongados de un hospital psiquiátrico que una paciente con la que trabajaba le dijo: «ustedes no tienen ni idea, dan medicinas que no saben muy bien cómo funcionan, hacen terapias que no están demostradas científicamente, no tienen ni idea de cómo funciona la mayor parte del cerebro». Él mantuvo un respetuoso silencio mientras la miraba con una media sonrisa. Ella siguió hablando: «pero usted es diferente, porque usted quiere a sus pacientes». Si continuamos con la intuición de que podríamos buscar ser más buenos nosotros mismos con nuestro trabajo y remedar el amor intratrinitario en cada una de nuestras acciones, procuraremos amar a cada paciente en sí mismo, no cómo debería ser según nuestro parecer, sino con aceptación incondicional y con respeto absoluto a su conciencia y libertad.

Una de las premisas en psicoterapia es no juzgar. Esto es muy difícil. Cuando uno se topa con una persona, necesita unas gafas especiales para encontrarse con

9 Polo L. Antropología Trascendental. Pamplona. Eunsa: 2016.

ella. Las gafas de la comprensión. El filósofo, Jesús Arellano, explica cómo se emplea este modelo de gafas:

> …Es una virtud intelectual entrañada en el amor. Del amor nace, del amor se nutre y vive. La comprensión no juzga: para juzgar es preciso objetivar, esto es, poner a la persona juzgada fuera de nosotros y salirnos nosotros fuera de ella, y luego hundirla o salvarla, darla a los cuervos o entrarla en nuestra morada.

¿Te imaginas poder vivir sin juzgar? Sería una gozada ¿verdad? ¿O me haría indiferente? Si entramos a la persona en nuestra morada no. Como terapeutas nos entrenaremos para que así sea, que dejemos que nos afecte y a la vez dispongamos de herramientas de regulación emocional, y que podamos estar presentes y dirigir en la medida que nos corresponda y ausentes porque generamos el mayor espacio a la libertad; que podamos estar y no estar, hacer hipótesis y no imponerlas, tener sentido crítico, pero no juicio crítico.

Esto exige creer en ti mismo. Creer en los demás. Ver personas y no problemas, para creer en las personas. Arellano insiste: «Por el amor, en cambio, no objetivo a la persona, sino que me adentro en ella, me subjetivizo en ella, porque al darle mi vida yo vivo con su vida, existo con su existencia. […] La comprensión es el acto vital con que la inteligencia vive el amor…».

De esta manera procuraremos siempre tener respeto por la propia libertad, la de los compañeros de profesión y la de los pacientes[10]. Para esto es necesario ejercitarse en escoger lo bueno para uno mismo, lo que me hace mejor persona, mejor terapeuta, mejor compañero. Así también lo propone Viktor Frankl:

> El amor es el único camino para arribar a lo más profundo de la personalidad de un hombre. Nadie es conocedor de la esencia de otro ser humano si no lo ama. Por el acto espiritual del amor se es capaz de contemplar los rasgos y trazos esenciales de la persona amada: hasta contemplar también lo que aún es potencialidad, lo que aún está por desvelarse y mostrarse. Todavía hay más: mediante el amor, la persona que ama posibilita al amado la actualización de sus potencialidades ocultas. El que ama ve más allá y urge al otro a consumar sus inadvertidas capacidades personales[11].

Valoraremos a quien ayudemos porque es un ser vivo, mamífero, humano y persona (quiditas), y además podemos valorar a esta persona en sí misma, captar

---

10 Plakun, E. M. (2019). Psychotherapy and Advocacy: Four Freedoms as Fundamental Patient Rights. *Journal of Psychiatric Practice*, *25*(2), 128-131. https://doi.org/10.1097/PRA.0000000000000366

11 Frankl, V., El hombre en busca de sentido.

su esencia y singularidad (haecitas), que es precisamente quien nos afecta en ese momento y nos genera esa contratransferencia concreta.

5. MIRAR A LOS PACIENTES CON ESPERANZA Y GENERAR ESPERANZA

Un taxista me contó que, desde hace años, cada noche, escribe en un cuaderno sobre la persona que ese día le ha dejado una impresión particular y estimulante, sobre el cliente que le ha hecho pensar en cómo ser mejor ese día, gracias al tiempo compartido con él en un simple traslado por las calles de Madrid. Sabiduría a pie de calle que ya explicaba el filósofo español Ortega y Gasset:

> Al separarnos de cierta persona con quien hemos conversado un buen rato nos sentimos tonificados. Y no porque aquella persona sea muy inteligente, ni porque se haya mostrado bondadosa. Sin embargo, salimos del trato con ella como refrescados, llenos de confianza en nosotros mismos, optimistas, saturados de impulsos y plenitud, con una firme fe en la existencia[12].

Esto es parte de lo que se espera de ti cuando intervengas como psicoterapeuta y vitalices a las personas, y parece que también tiene relación con la esperanza del cristiano, que no se vende a una espera estática, sino que es una esperanza colaborativa, que se co-construye con las personas de alrededor, y con Dios.

Tú, ¿revitalizas o desvitalizas? Y escuchamos de nuevo a Ortega y Gasset: «Y es que, en efecto, hay dos clases de seres: unos, dotados de vitalidad rebosante, que se mantiene siempre en superávit; otros, de vitalidad insuficiente, siempre en déficit. El exceso de aquellos nos contamina favorablemente, nos corrobora y nos nutre; el defecto de éstos nos deprime y mengua »[12].

6. TEN VIDA PROPIA, EL TRABAJO ES SÓLO UNA PARTE DE TU VIDA

Considero que la principal herramienta de regulación emocional de la que disponemos es la de tener una vida propia más allá del trabajo y estar muy implicado en ella. Sólo si estamos dentro de nosotros mismos podremos salir hacia fuera a servir a otras personas y trascender lo personal[13].

El hombre es capaz de hacerse nuevo en cada acto, en cada paso de su existencia. Hay caminos personales, familiares, sociales, laborales, de servicio a los demás, de crecimiento que nos piden ser andados y andados por nosotros mismos

---

12 Ortega y Gasset, J. (1962). «Vitalidad, alma, espíritu», Obras completas, II. *Revista de Occidente*, *61*, 455-456.

13 Roths Child, B. (2009). *Ayuda para el profesional de la ayuda.* Desclee de Brower.

con nuestros pies sobre ese camino, con voluntariedad actual en cada paso, y en cada paso nos hacemos más nosotros mismos.

7. SER HUMILDES Y PEDIR PERDÓN

Hace unos años me llegó la noticia de que uno de los terapeutas con los que yo había hecho parte de mi trabajo personal había fallecido. Era joven y no tenía enfermedades. Cuando preguntamos más, me enteré de que se había suicidado. No tenía patología mental. Había cometido un error muy grave en la relación con una paciente y, por lo que fuera, no pudo superarlo.

Cuando un paciente nos abre su interior es como cuando alguien nos enseña su casa. Hemos de ir con un cuidado tremendo, no hacer comentarios que no vengan a cuento, observar, dejarnos afectar, respetar. Y en el caso de una persona que nos abre su intimidad psicológica y personal, hemos de tener la humildad de descalzarnos porque estamos pisando terreno sagrado, de no tocar nada que no nos sea permitido, de preguntar siempre, de no apropiarnos de nada[14].

Podemos llegar a ser muy buenos profesionales, pero no olvidéis que siempre estarás ahí por debajo de Dios y gracias a Él. Un modo práctico de llevar esto a cabo es tener siempre un supervisor y otra aplicación práctica es pedir perdón: tanto en la vida personal como en la vida profesional cuando cometamos errores. Si este psicólogo que se suicidó hubiera hablado a tiempo, es probable que se hubiera evitado ese error y sus consecuencias.

8. GRATUIDAD

Ser psicoterapeuta es un privilegio, es una de las profesiones más hermosas y de las que nunca serán sustituidas por una máquina. Se podría hacer presencial o por videollamada, con más o menos medios técnicos[15], pero siempre existirá. Esto es un regalo que hemos recibido y que cuidamos. Tener esta conciencia de ser privilegiados nos llevará a dos consecuencias: la primera es hacernos más conscientes de todo lo que recibimos cada día por parte de las personas a las que atendemos y la segunda es que os deis a los demás, con la virtud de la gratuidad.

Esta virtud genera el don de sí mismo, darse a los otros con un interés mayor que lo que exige el contrato laboral donde no indica que haya que sonreír, contestar rápido a un correo, devolver las llamadas telefónicas con paciencia o preguntar por temas que preocupan al paciente.

[14] Sandage, S. J., Rupert, D., Paine, D. R., Bronstein, M., & O'Rourke, C. G. (2017). Humility in psychotherapy. En *Handbook of humility: Theory, research, and applications* (pp. 301-315). Routledge/Taylor & Francis Group.

[15] Stoll, J., Müller, J. A., & Trachsel, M. (2020). Ethical Issues in Online Psychotherapy: A Narrative Review. *Frontiers in Psychiatry*, *10*. https://doi.org/10.3389/fpsyt.2019.00993

Así, te animo a que tengas en el despacho de trabajo dos cajas. ¿Y qué han de guardar esas dos cajas? Una caja es para la satisfacción y ahí podéis guardar cada día todo aquello por lo que estáis orgullosos de vosotros mismos ese día. La otra caja es para el agradecimiento y ahí guardarás todo lo que has recibido ese día como regalo. Con estas dos acciones cerrarás el día con una sonrisa porque has sido capaz de amar y de ser amado.

Resumo en diez estrategias para ser terapeuta católico y crecer en el intento:

1. Tener muy buena formación, tener supervisor, estar acreditado, hacer el trabajo personal previo, estudiar mucho, estar al día.

2. Tener formación espiritual, humana, religiosa, doctrinal; un director espiritual; alguien con quien contrastar y compartir y una comunidad / grupo donde nutrirse. No ser católico isla.

3. Aprender estrategias de regulación emocional y cómo cuidar los límites.

4. Generar esperanza y confiar en los pacientes.

5. Querer a sus pacientes.

6. Defiendan la libertad, la responsabilidad y la conciencia de quienes nos piden ayuda.

7. Reflexionar cada día sobre qué, cómo, por qué, para qué y para quién van a trabajar, tanto desde una perspectiva humana como sobrenatural.

8. Tener vida propia y personal más allá del trabajo. Llenar el pozo de agua fresca para poder dar agua fresca.

9. Cultivar la espera, el asombro, la comprensión sin juicio, la aceptación incondicional.

10. Conciencia de privilegiados: gratuidad y agradecimiento, que potencia la humildad.

Termino con una anécdota que me sucedió cuando trabajaba en el Hospital de Ciempozuelos. Me crucé por un pasillo con un paciente que acababa de ingresar, no nos conocíamos de nada. Se paró delante de mí y me dijo, lo digo literalmente porque lo anoté, y se lo podría haber dicho a cualquiera de vosotros: "*Jesucristo te ha escogido y te ha dado una vocación para que con tu trabajo hagas el bien a muchas personas*".

CAPÍTULO 24
DESARROLLO DE HÁBITOS VIRTUOSOS EN LA INTERVENCIÓN PSICOTERAPÉUTICA

Maria Lorena Diez Canseco Briceño
ldiezcanseco@ucsp.edu.pe
Universidad Católica San Pablo, Arequipa, Perú.

1. INTRODUCCIÓN

Entender a la persona humana en toda su complejidad implica "mirarla" desde una perspectiva integral. Un abordaje psicoterapéutico no debe dejar de lado ninguna de las dimensiones del ser humano; por lo tanto, no debe circunscribirse a la búsqueda de la mejora de síntomas específicos, sino, que debe apuntar a un desarrollo pleno; en ese sentido, ayudar a la persona a que pueda desarrollar hábitos virtuosos permitirá un mayor despliegue y crecimiento que redundará en su salud mental, puesto que las virtudes morales perfeccionan determinadas potencias humanas.

La forja de hábitos virtuosos no tendría por qué estar reñida con la aplicación de técnicas específicas para la superación de alguna problemática determinada; dependerá de la situación particular de cada persona que el desarrollo de estos hábitos sea parte central de la terapia o sea una acción adicional que considere determinados hábitos específicos que la persona requiere internalizar.

En esta misma línea, ser poseedor de hábitos virtuosos cumple también un carácter preventivo frente a la posibilidad de desarrollar determinados trastornos. La fortaleza y estabilidad que posee la persona virtuosa, las cuales se basan en una lectura verdadera de la realidad, son un escudo protector ante la presencia de factores desestabilizantes.

2. DESARROLLO DE VIRTUDES Y CRECIMIENTO PERSONAL

Es importante comprender el valor que tiene en la vida de la persona el desarrollo de virtudes, especialmente las morales o cardinales, que son cuatro: prudencia (que además es virtud intelectual), justicia, fortaleza y templanza; se les denomina "cardinales", porque "derivan del latín *cardo, cardinis,* el quicio o gozne de la puerta; porque -en efecto- sobre ellas, como quicios gira y descansa toda la vida moral humana" (Royo Marín, 2012, p.136), además se llaman cardinales porque a partir de ellas se desarrollan otras virtudes que contribuyen al mayor despliegue de la persona. Por otro lado, también se llaman *morales* porque para su formación y ejercicio media la acción libre y voluntaria de la persona (Diez Canseco, 2018).

El desarrollo de estas virtudes permite un crecimiento personal; esto va en la línea de alcanzar un gobierno de sí mismo por medio de un recto ejercicio de la libertad. Todo ello es posible, a partir de un conocimiento veraz de la realidad, de un discernimiento recto y de la posibilidad de una toma de decisiones acordes al bien que la razón muestra a la persona.

Siguiendo a Santo Tomás de Aquino quien nos dice que el "estado perfecto del hombre en cuanto hombre, es el estado de virtud" (Martínez, 2002, p. 182)[1] es que reconocemos la importancia que tiene para la vida de la persona el desarrollo de virtudes; en este sentido, toda acción que se procure en aras del desarrollo de virtudes es necesaria para el pleno despliegue de la persona, sea cual sea su edad, condición o situación particular. Para comprender mejor ello, se hace necesaria la revisión de ciertas definiciones. La virtud es definida como "hábito operativo bueno" (Aquino, 2001, I-II, q.55, a.3), y el hábito es definido como "cualidades que modifican, determinan la actividad de las facultades a título de accidentes secundarios, así mismo, los hábitos son disposiciones difícilmente móviles" (Aquino, 2001, I-II, q.49, a.55).

A partir de estas definiciones es necesario hacer algunas distinciones importantes que nos permiten diferenciar la noción de hábito desde una perspectiva meramente conductista y mecanicista y la noción de hábito desde la propuesta de Aristóteles y Santo Tomás, en donde los aspectos centrales de las características de la virtud son: en primer lugar, se entiende la virtud como un obrar consciente, por lo que podemos afirmar que una persona virtuosa sabe *por qué* y *para qué* lleva a cabo determinada acción, no es un obrar automatizado ni carente de sentido, sino, todo lo contrario.

En segundo lugar, la virtud es un obrar voluntario y por elección, en donde la persona *decide* libremente hacia dónde dirigir su acción, por lo tanto, no se trata solamente de una acción externa positiva, sino, que implica una toma de postura que abarca tanto la dimensión comportamental, afectiva como racional de la per-

[1] Citando a Santo Tomás de Aquino en *Scriptum Super Setentiis* IV, dist.26, q.1, a.1.

sona. Así mismo, en tercer lugar, la virtud consiste en un obrar firme y constante, lo que nos indica que no se trata de comportamientos aislados y esporádicos, sino que nos muestra un perfil de comportamiento e intención que permanece constante en el tiempo, y si bien, no necesariamente implica una "perfección" total en la persona, sí nos muestra una continuidad y firmeza en el obrar que permite la posibilidad de generalización en los distintos ámbitos de la vida de la persona; como indica Echavarría (2009), las virtudes son cualidades que de manera organizada van configurando la manera de ser de la persona.

Por otro lado, sabemos que la persona humana está dotada de potencias tanto cognoscitivas como apetitivas, las cuales, a su vez, pueden ser sensitivas o racionales (Verneaux, 1988). Las potencias humanas pueden ser perfeccionadas por una virtud en particular, así tenemos que, dentro de las potencias apetitivas sensibles, el apetito concupiscible que es la tendencia al bien en sí mismo (Aquino, 2001, I-II, q.23, a.1), puede ser perfeccionado por la virtud de la templanza; el apetito irascible, que es la tendencia al bien arduo (Aquino, 2001, I-II, q.23, a.1) puede ser perfeccionado por la virtud de la fortaleza. A nivel racional, la voluntad, que es el apetito racional cuyo objeto es el bien común o universal (Echavarría, 2005) puede ser perfeccionado por la virtud de la justicia, y el entendimiento práctico es perfeccionado por la virtud de la prudencia (Diez Canseco, 2018).

Debido a este perfeccionamiento de las potencias humanas que se logra por medio del desarrollo de virtudes, es que podemos afirmar que éstas contribuyen al crecimiento de la persona humana puesto que le permiten llegar a ser aquello a lo que está llamado a ser; en esta línea -contrario a lo que actualmente se cree- (Pieper, 2007), las virtudes no limitan a la persona, sino, que más bien, son aquello que responde plenamente al pleno despliegue de su misma naturaleza humana.

3. VIRTUDES MORALES

Las virtudes morales o cardinales son cuatro: prudencia, justicia, fortaleza y templanza; como ya vimos, cada una de ellas, perfecciona una potencia específica y de esta manera es que se inicia el camino hacia el crecimiento personal.

"La templanza consiste en cierta disposición del alma que modera cualquier pasión u operación, para que no se traspasen los límites debidos" (Aquino, 2001, I-II, q.61, a.4), es decir, esta virtud se encarga de la moderación de los deseos sensitivos, los cuales son muy fuertes en los primeros años de vida, por ello, la educación de esta virtud debe darse de preferencia, entre los 0 y 7 años de vida (Roqueñi, 2008).

La fortaleza "consiste en cierta disposición del alma por la que se afianza en lo que es conforme a la razón frente a cualquier ímpetu pasional o al cansancio de las operaciones (Aquino, 2001, I-II, q.61, a.4); esta virtud, consiste en la capacidad de hacer frente a las adversidades y dificultades que obstaculizan el logro del bien an-

helado o meta planteada; en este sentido, esta virtud requiere que la persona tenga la noción de futuro (Roqueñi, 2008); por ello, su educación se debe dar preferentemente entre los 7 y 14 años.

La justicia "consiste en cierta rectitud del alma por la que el hombre obra lo que debe en cualquier materia" (Aquino, 2001, I-II, q.61, a.4). En este sentido, la justica es una virtud que consiste en "darle a cada quien lo suyo" (Pieper, 2007, p.85). Esta virtud, al perfeccionar la voluntad requiere cierto nivel de capacidad de abstracción, por ello, su educación debe enfatizarse a partir de los 14 años en adelante, para que la persona esté en la capacidad de comprender las necesidades del otro y sea capaz de salir de su propio egoísmo y de ver por el bien del otro.

Finalmente, la prudencia, que es considerada como la "madre de todas las virtudes" (Pieper, 2007, p.33) y "consiste en cierta rectitud de discreción en toda clase de actos y de materias" (Aquino, 2001, I-II, q.61, a.4), trata principalmente de la comprensión de la realidad y de los primeros principios que den lugar a un discernimiento que lleve a un obrar recto según las circunstancias y verdad de las cosas. Al igual que la justicia, requiere de cierta capacidad de abstracción, por ello, su educación debe enfatizarse a partir de los 14 años en adelante.

En lo planteado líneas arriba, cabe considerar que todas las virtudes deben ser educadas desde el momento mismo del nacimiento, con el ejemplo de los padres, la reflexión y consideración sobre la verdad que ellos transmitan al niño y la posibilidad de permitir llevar a cabo acciones concretas que le permitan internalizar los hábitos; sin embargo, cada virtud, por sus características particulares, tiene edades en donde será más fácil su forja y hábitos específicos que se deben inculcar. En esta línea, a lo largo de la vida de la persona, es posible el logro y desarrollo de virtudes, así mismo, por diversos medios, se pueden internalizar los hábitos necesarios para el logro de las mismas.

4. PSICOEDUCACIÓN E INTERVENCIÓN PSICOTERAPÉUTICA

Para la configuración del carácter sano, se hace necesaria la adquisición de virtudes, las cuales se logran "por la repetición de actos libres y que van conformando una inclinación habitual en las potencias para realizar los actos que le son propios con prontitud, facilidad y gozo" (Lego, 2021, p.287). En este sentido, un aspecto importante y necesario en toda acción psicoterapéutica debe ser la forja de virtudes, ya sea que esta acción se convierta en parte central de la psicoterapia o ya sea que se conforme como un aspecto más a considerar; o incluso -y principalmente- como preventivo de futuras patologías o formas desadaptativas de hacer frente a diversas problemáticas.

Llevar a cabo una acción psicoterapéutica sin considerar el desarrollo de virtudes en el paciente, sería reducir la terapia a la mera reducción o eliminación de

síntomas y de la problemática de la persona, sin preocuparse por procurar un crecimiento integral de la misma.

La psicoeducación es parte fundamental y muy importante de la acción psicoterapéutica, en ese sentido, la prudencia del psicoterapeuta irá guiando las acciones a considerar para la forja de virtudes en las personas que atiende, ello según las necesidades de cada una. En esta línea, presentaremos una propuesta que ayude al desarrollo de virtudes.

4.1. Templanza

Virtud que consiste en la moderación de los deseos guiados por la razón. En este sentido, la forja de determinados hábitos que permitan tener un orden a nivel exterior en la vida de la persona va a generar que dicho orden se vaya internalizando y la persona pueda actuar de acuerdo a sus inclinaciones naturales (Aquino, II-II, q.141, a.1, ad.1) y no contrario a ellas, como equivocadamente se cree. Pieper (2007) nos dice:

> "la tendencia natural hacia el placer sensible que se obtiene en la comida, en la bebida y en el deleite sexual es la forma de manifestarse y el reflejo de las fuerzas naturales más potentes que actúan en la conservación del hombre" (p.225).

La virtud de la templanza no trata de impedir la manifestación de estas tendencias, sino, que, lo que busca es ordenarlas y a partir de ello, la persona pueda experimentar deleite y satisfacción de sus deseos sensitivos de manera moderada, lo que al final redundará en una satisfacción mayor y orden en diversos aspectos de su vida.

Los hábitos a desarrollar para el logro de la templanza, se deben educar principalmente durante los primeros 7 años de vida; sin embargo, a lo largo de toda la vida de la persona es posible incidir en su desarrollo; estos hábitos son: ornato exterior (orden de las cosas exteriores), buen orden (moderación de los movimientos corporales en relación al trato con los demás), estudiosidad (moderación del ansia de conocimientos), eutrapelia (moderación del descanso, juego y diversión), mansedumbre (moderación de la ira), humildad (moderación de la propia excelencia), abstinencia (moderación de la comida), sobriedad (moderación de la bebida), pudor (cuidado de la propia intimidad), continencia y castidad (contención y moderación del deseo sexual).

En toda acción psicoterapéutica se debe buscar dicho orden exterior e interior. La clave para ello estará en la reflexión por medio de diálogos, lecturas dirigidas, ejemplos concretos, etc., que lleven a que el paciente vaya adquiriendo conciencia de la necesidad de mover sus dinamismos psíquicos y comportamentales en

aras de la adquisición de ciertos hábitos saludables que den lugar a un orden en: comidas, bebidas, ejercicio, sueño, descanso, diversión, estudio, etc. La forja de estos hábitos se lleva a cabo por medio de la organización del tiempo y actividades específicas, todo ello, en la línea de la reflexión/acción. Todo programa psicoterapéutico deberá considerar trabajar estos hábitos; en algunos casos, -según la necesidad de cada persona-, será un aspecto adicional a la terapia, con el fin de lograr un mayor orden en la vida de la persona; pero en muchos casos, deberá ser aspecto central de la terapia, debido a que justamente el problema radica en la falta de gobierno sobre los deseos sensitivos, lo que da lugar a un comportamiento desordenado y errático en busca de dicha satisfacción.

4.2. Fortaleza

Gracias a esta virtud, la persona fortalece su ánimo para vencer los obstáculos que retraen a la voluntad a seguir el dictado de la razón (Palet, 2007), es decir, por medio de esta virtud, la persona puede hacer frente a las dificultades que impidan el logro de sus objetivos o metas, las cuales responden al bien que su razón le muestra. En la educación de esta virtud, -que se debe forjar entre los 7 y 14 años de preferencia-; desde la propuesta de Santo Tomás, hay una seria de hábitos que se deben procurar: Para el acto de Atacar: la confianza y la magnificencia, y para el acto de Resistir: la paciencia, la perseverancia y la magnanimidad[2].

El primer punto que está estrechamente relacionado con programas psicoterapéuticos, es el desarrollo de la confianza en sí mismo y en los demás; este punto es clave en psicoterapia, ya que es importante ayudar a la persona en el logro de una seguridad base para poder llevar a cabo cambios que sean necesarios para su recuperación y superación de dificultades; esto va en la línea del trabajo en autoconocimiento, autovaloración, autoestima, etc. como punto de partida de todo proceso de reconciliación y cambios personales; así mismo, la confianza en los demás es clave para un proceso psicoterapéutico que implique una mejor adaptación al entorno y relaciones interpersonales saludables.

Toda acción psicoterapéutica busca que la persona pueda hacer frente a las dificultades con cierta autonomía, es decir, que por sí mismo ponga en marcha los recursos necesarios para ello. En esta línea, en primer lugar, se hace necesario ayudar a la persona al planteamiento de metas (a corto, mediano o largo plazo) y que se esfuerce lo suficiente para alcanzarlas. En tal sentido, el terapeuta debe orientar y guiar al paciente para que el planteamiento de sus objetivos sea acorde a sus capacidades y posibilidades y, sobre todo, que sean acordes al bien. Para el logro de ello, la psicoeducación es esencial, ya que permite mediante diálogos y reflexiones acordes a la realidad del paciente, que el terapeuta vaya orientándolo hacia el reco-

[2] La división de los hábitos para cada acto es propia.

nocimiento de aquellos bienes a los que aspirar y al reconocimiento de su propia realidad.

En segundo lugar, es importante ayudar a la persona a ejercitarse en el esfuerzo y sacrificio que se requiere para el logro de las metas propuestas, ello siempre en consonancia con la plena conciencia de lo que implica dicha meta para el bien de la persona de manera integral. Los hábitos de paciencia y perseverancia son necesarios y son posibles de desarrollar por medio de actividades específicas que signifiquen un esfuerzo para la persona y que además impliquen un horizonte claro y esperanzador de futuro.

4.3. Justicia

La virtud de la justicia consiste en "dar a cada uno lo suyo" (Aquino, 2001, II-II, q.58, a.11). Por medio de esta virtud podemos decir que se moderan las relaciones con los demás y su gran importancia radica en que esta virtud apunta a que la persona deje de centrarse en sí misma para salir al encuentro con los demás y buscar su bien. Al perfeccionar la voluntad, se busca que la persona sea capaz de discernir (en base a la realidad) aquello que los demás merecen y lo que les corresponde en justicia.

El desarrollo de la justicia da lugar a que la persona sea capaz de salir de su egoísmo para llevar a cabo acciones concretas que redunden en el bien del otro; "la nobleza de la justicia radica en que la persona no se perfecciona a sí misma en la vivencia de la virtud, sino que ordena al hombre en relación "al otro" (Diez Canseco, 2018, p.134).

Dentro de la psicoeducación para el desarrollo de esta virtud, está la forja de hábitos como son: piedad, observancia, dulía (todos ellos en relación al respeto y consideración que se debe tener, en primer lugar hacia las personas cercanas y en segundo lugar hacia las personas con algún rango de autoridad); veracidad (decir la verdad, aunque las circunstancias sean difíciles), agradecimiento (ser consciente de los bienes que recibimos de otros sin merecerlos, y por ello, ser agradecidos), obediencia (basada en una autoridad que tiene como punto de partida la confianza en el otro), liberalidad (o también llamada generosidad) y religión (muestras de respeto a Dios); como vemos, todos estos hábitos van en la línea de la consideración y respeto que se debe tener para con los demás.

Un aspecto central en psicoterapia es lograr mejoras en las habilidades sociales, es decir, ayudar a que las personas puedan tener relaciones interpersonales positivas, logren manejar técnicas asertivas de comunicación, aprendan técnicas de negociación y así mejorar su capacidad para resolver conflictos, etc. Así mismo, en toda acción psicoterapéutica es importante el abordaje con la familia y con el entorno educativo y social del paciente, para procurar una estabilidad en todos los aspectos de la vida de la persona.

La forja de esta virtud es un elemento importante en el logro de los aspectos mencionados líneas arriba, sin embargo, la justicia no sólo permite que la persona tenga relaciones interpersonales positivas, sino, que va más allá, ya que apunta a que la persona busque el bien de los demás; no se trata simplemente de llevarse bien con el otro, sino, de realmente interesarse, preocuparse por lo que el otro pueda necesitar y esforzarse por procurar su bien; esta virtud perfecciona la voluntad, es decir, el apetito racional, por ello, el desarrollo de la justicia, implica una toma de conciencia y comprensión de la realidad del otro, de lo que necesita y de lo que en justicia le corresponde, por lo tanto, se requiere una capacidad de comprensión profunda de la realidad, es decir, un ejercicio de la inteligencia; así mismo se requiere una voluntad lo suficientemente sólida para vencer las propias pasiones e inclinaciones y renunciar a las propias comodidades en bien de otro. La generosidad, la solidaridad acompañan al desarrollo de esta virtud.

4.4. Prudencia

La virtud de la prudencia es la virtud propia del entendimiento (Aquino, 2001, II-II, q.47, a.1) y por ello, se basa en primer lugar, en un perfeccionamiento del intelecto o capacidad de conocer y comprender la realidad abstracta y los principios universales; pero además de ello, esta virtud perfecciona el entendimiento práctico, es decir, a partir de la visión objetiva de la realidad, la persona es capaz de guiar su accionar de una manera recta.

En esta línea, una acción psicoterapéutica que se base en un abordaje integral de la persona humana, apunta a que la misma sea capaz de tomar decisiones rectas que la lleven al bien propio y de los demás; para ello, no basta la comprensión racional del bien, sino, que "para la ejecución del bien se requiere de la prudencia; para que ésta se desarrolle se debe amar y querer el bien" (Pieper, 2007), es decir, la prudencia permite que la persona con todo su ser, lleve a cabo acciones a partir de una lectura de la realidad, basada en la verdad de las cosas y que logre discernir el principio de verdad de cada situación concreta y así actuar de la mejor manera según cada circunstancia específica.

Santo Tomás propone una serie de hábitos a desarrollar para el logro de la prudencia, los cuales, -al igual que las demás virtudes- deben ser inculcados a lo largo de la vida del niño, desde el momento mismo del nacimiento; sin embargo, de los 14 años en adelante (igual que en la virtud de la justicia), la persona ya está en capacidad de poder internalizar dicha virtud, en aras de su capacidad de abstracción y razonamiento. Los hábitos son: memoria (va en la línea de procurar en el niño la vivencia de experiencias prudentes que le permitan traerlas a su memoria), docilidad (en estrecha relación con la obediencia propia de la justicia y la confianza propia de la fortaleza), esta docilidad le permitirá pedir consejo cuando por sí mismo no pueda tener a la mano todos los elementos para tomar una decisión prudente, inteligencia (se debe procurar en el niño el conocimiento y la comprensión de la realidad

de las cosas y de los principios universales), razón (incentivar en el niño la reflexión previa a toda acción), sagacidad (en la línea de tener la capacidad para resolver situaciones de manera inmediata), previsión (prever las posibles complicaciones que se pueden dar), precaución (ser cauteloso antes de actuar) y circunspección (darse cuenta del contexto y situación concreta y en función de ello actuar).

En este sentido, el terapeuta debe trabajar el proceso reflexivo con el paciente, la consideración del contexto; todo ello ayudará a que la persona haga un discernimiento de las situaciones que le toca vivir y a partir de ello tenga más elementos para tomar decisiones rectas.

El acompañamiento psicoterapéutico en este proceso es clave, ya que es la misma persona quien tiene que tomar sus propias decisiones, pero la labor del terapeuta va en la línea de guiarlo en el reconocimiento de la verdad y la fortaleza necesaria para llevar a cabo de manera voluntaria las acciones necesarias para su crecimiento y mejora personales.

5. CONCLUSIONES

Brindar ayuda para que la persona pueda desarrollar virtudes debería ser un aspecto a considerar en todo proceso terapéutico, ya sea como elemento central del mismo o como elemento adicional. La razón por la que es necesaria este tipo de aproximación psicoterapéutica es porque el desarrollo de virtudes permite que la persona pueda perfeccionar determinadas potencias y de esta manera alcanzar un mayor y mejor crecimiento y plenitud personales.

Debemos recordar que el ser humano es una unidad y como tal opera, en ese sentido, el desarrollo de virtudes apuntala cualquier programa de intervención psicoterapéutica que pueda recibir la persona; así mismo, el desarrollo de virtudes no puede darse de manera aislada o separada, ya que la internalización de cada hábito virtuoso de determinada virtud contribuye al desarrollo de otros hábitos virtuosos. Cada virtud se desarrolla en unión y consonancia con las demás, y si bien, existen momentos de la vida en donde será más provechoso poner más énfasis en el logro de determinada virtud, en todo momento, directa o indirectamente se van forjando todas las virtudes, ya que el logro de una siempre viene acompañado del logro de las demás (Aquino, 2001, I-II, q.58, a.5) y de esta manera el crecimiento de la persona se da de manera integral.

REFERENCIAS

Aquino, T. (2001). *Suma de Teología*. Madrid: Biblioteca de Autores Cristianos.

Diez Canseco, M. (2018). *Educación de la virtud en los ámbitos familiar y escolar*. Arequipa: Fondo Editorial UCSP.

Echavarría, M. (2005). *La praxis de la psicología y sus niveles epistemológicos según Santo Tomás de Aquino.* Barcelona: Documenta Universitaria.

Echavarría, M. (2009). Personalidad y Gracia. En AA. VV., *Psicología y visión del hombre desde la fe.* (pp.203-244). Arequipa, Fondo Editorial UCSP.

Lego, P. (2021). Virtudes infusas y normalidad psíquica según Santo Tomás de Aquino. En AA. VV., *Antropología Cristiana y Ciencias de la Salud Mental.* Madrid: Editorial Dykinson. Pp. 283-292.

Martínez, E. (2002). *Persona y educación en Santo Tomás de Aquino.* España: Fundación Universitaria Española.

Palet, M. (2007). *La educación de las virtudes en la familia.* Barcelona: Ediciones Scire.

Pieper, J. (2007). *Las virtudes fundamentales.* Madrid: Ediciones Rialp.

Roqueñi, J. (2008). *Educación de la afectividad.* Navarra: EUNSA.

Royo-Marín, A. (2012). *Teología de la perfección cristiana.* Madrid: Biblioteca de Autores Cristianos.

Verneaux, R. (1988). *Filosofía del hombre.* Barcelona: Editorial Herder.

CAPÍTULO 25
EL DESARROLLO DE LAS VIRTUDES CARDINALES COMO COMPLEMENTACIÓN DE LA PSICOTERAPIA

Stefano Parenti
parentiste@yahoo.it
Psicoterapeuta, Milano (Italy)

Buenos dias a todos, gracias por esta prestigiosa invitación. Agradezco al profe Martin Echavarria y la profesora Montserrat Lafuente quien coordina este momento. Mi nombre es Stefano Parenti, vivo y trabajo en Milán en Italia. Soy padre de cuatro pestes pequeñas y esposo de una santa mujer que aún me da a luz. Soy psicoterapeuta de oficio a tiempo completo. Soy también presidente de la Asociación Católica de Psicología y precisamente en virtud de este encargo agradezco a la Universidad Abat Oliba CEU haberse puesto con esta y anteriores Jornadas al frente de la propuesta cristiana dentro de la psicología, cubriendo así un vacío dejado por ahora de los católicos.

Confieso que haber encontrado y profundizado el pensamiento tradicional sobre el hombre en general y sobre las virtudes en particular ha cambiado considerablemente mi forma de hacer psicoterapia[1]. El estudio de la ética aristotélica y la gran síntesis de Santo Tomás de Aquino me dieron una concepción antropológica clara y a la vez integrada, en la que el hombre está dotado de diferentes poderes (facultades) y relativos grados de perfección (habitus) capaces de conducirlo a buenas o malas acciones intencionales (hechos).

[1] Quiero agradecer a mi amigo y colega Roberto Marchesini quien me introdujo al estudio de Tommaso D'Aquino ya la declinación de su pensamiento en psicoterapia.

1. LOS LÍMITES DE LA CONFIGURACIÓN SIMULTÁNEA

Las corrientes de la psicología contemporánea, si bien presentan múltiples potencialidades, están viciadas casi en su totalidad por preconceptos antropológicos que limitan su desarrollo y aplicaciones[2].

Un primer grupo entre estos que englobamos las psicologías profundas y la terapia cognitiva, considera que el pensamiento y el razonamiento determinan la salud o la enfermedad: el insight y la reestructuración son los elementos principales de la acción terapéutica.

Por el contrario, las corrientes conductistas y pragmáticas insisten en la práctica de nuevas secuencias de acción como herramienta para restaurar la salud. Ambas concepciones ciertamente se basan en aspectos verdaderos pero, si se toman unilateralmente, son parciales y, por lo tanto, engañosas. El error se hace evidente cuando te encuentras con pacientes que se han sometido al análisis durante años sin poder incidir en lo más mínimo en el trastorno que les aqueja o, por el contrario, otros que se han dedicado a un entrenamiento de educación conductual que les lleva a recaer en él viejos caminos en el primer obstáculo. En el primero hubo ciertamente una expansión del autoconocimiento, que sin embargo no produjo una nueva afectividad; en el segundo, en cambio, hay una nueva práctica que no está respaldada por un conocimiento adecuado de las causas y efectos subyacentes.

Si retomamos las categorías de la antropología filosófica, podemos entender el primer tipo de error como una forma de intelectualismo o -como ya escribió Rudolf Allers aludiendo a los límites de la psicología individual[3]- de socratismo: cuando la inteligencia ve la verdad es no se dice que la voluntad y las pasiones se adhieran a ella. El segundo tipo de error es pragmático y voluntarista: no basta modificar repetidamente la acción para obtener un cambio de inclinaciones (la insensibilización sistemática es insuficiente para ver desaparecer la inseguridad que sustenta las fobias o la ansiedad social, por ejemplo).

2. REGRESO AL FUTURO

La concepción tomista de las facultades permite integrar los aspectos positivos de las dos perspectivas y superar los errores. Las facultades que están en el

[2] Escribe Magda Arnold "Todo psicólogo tiene una imagen del hombre en su mente que determina su enfoque, tanto hacia el problema del paciente como hacia la investigación. Toda teoría psicológica designa una fotografía del hombre, explícita o implícitamente. Muy a menudo se hiper simplifica, incluso màs a menudo se distorsiona, y rara vez resulta reconfortante para quienes tienen una orientaciòn religiosa", en Stefano Parenti, *Magda Arnold, psicóloga de las emociones*, Pequeño Monasterio, Spain 2017, p. 155 [ed. ita. *Magda Arnold psicologia delle emozioni*, D'Ettoris, Crotone 2016].

[3] Rudolf Allers, Psicologia e cattolicesimo, D'Ettoris, Crotone 2009, p. 82.

origen de la perturbación psíquica son las de los sentidos internos, especialmente la memoria y la cogitativa. Estos dos poderosos sentidos captan las llamadas "*intentiones insensatae*" o las relaciones existentes entre las cualidades percibidas por los sentidos externos[4]. Es gracias a la "*collatio*" (comparación) de la cogitativa[5] que es posible distinguir el perro enojado del perro feliz, por ejemplo, o la sonrisa mentirosa de la sincera, y así sucesivamente. Estas intenciones sin sentido, que son recogidas por la facultad de la memoria, permiten un trabajo sinérgico de la cogitativa y la imaginación que funda lo que Santo Tomás llamó "*experimentum*" y que podríamos traducir con la palabra experiencia. Es gracias a la experiencia si podemos entender que cierta hierba, que le quitó la fiebre primero a Sócrates, luego a Platón y luego a muchos otros, tiene un poder curativo, para usar un ejemplo del mismo Tomás de Aquino[6]. Esta es una generalización, similar a la categorización estudiada por autores contemporáneos[7], que se basa únicamente en datos sensoriales. Sin embargo, debemos precisar, con Rudolf Allers, que no hay actos humanos en los que las facultades superiores de tipo racional (inteligencia y voluntad) queden excluidas[8]. Es por esto que la experiencia nunca es sólo una generalización de datos sensoriales, sino una generalización en el que se capta la esencia o, para decirlo con la genialidad sintética de Mons. Luigi Giussani, un "intentar juzgando"[9].

Sin embargo, cuando las experiencias tienen lugar en la infancia, o en condiciones afectivas particulares, o cuando el intelecto no tiene la posibilidad de operar en todo su potencial, es posible que la evaluación que hace la cogitativa sobre la bondad o maldad de un objeto se fije, es decir, no sea corregida por las facultades racionales superiores. "La emociòn intensa es tan dañina en los niños pequeños porque la expectativa que crea no puede corregirse fácilmente mediante una evaluaciòn racional", escribe Magda Arnold[10].

Esto es lo que sucede en las "heridas emocionales" o "experiencias traumáticas" de las que hablan las psicoterapias contemporáneas. Tomemos un ejemplo. Si, a la edad de cuatro años, un perro me muerde la mano y me hace sentir dolor, sentiré

---

[4] Tomás de Aquino, Summa Theologiae I, q. 78, a. 4, co.

[5] Cfr. Luigi Mazzone, La natura e la dinamica conoscitiva della ragione particolare, Passione Educativa, Benevento 2017, p. 95.

[6] Tomás de Aquino, *Comentario sobre los análiticis posteriores* 2, lec. 20, n°11.

[7] Como la teoría del prototipo de Eleanor Rosch, cfr. Luigi Anolli e Paolo Legrenzi, *Psicologia generale*, Il Mulino, Bologna 2000, p. 186 e ss.

[8] Escribe Rudolf Allers: "Parece surgir otra salida a esta dificultad si consideramos el hecho de que la mera percepción como operación exclusiva de los sentidos no existe realmente, al menos no en condiciones normales y comunes. Lo que llamamos una percepción es mucho más que un simple afecto de los sentidos esto más es un factor intelectual importante", *The intellectual cognition of particulars*, The Thomist, 3, pp. 95-163, trad. ita. en www.psicologiacattolicesimo.blogspot.it

[9] Luigi Giussani, La verità nasce dalla carne, Bur, Milano 2019, p. 2.

[10] En Stefano Parenti, p. 97.

miedo fácilmente cada vez que conozca a un nuevo perro. La experiencia de ese solo perro me marca con tanta fuerza que provoca una generalización: todo perro es peligroso y, por tanto, suscita miedo. Un niño difícilmente corregirá la evaluación de la cogitativa a menos que tenga unos padres que le ayuden a superar el miedo, haciéndole conocer a muchos otros perros meneadores, cariñosos y simpáticos que, poco a poco, y gracias a una serie de razonamientos interiorizados, irán modificando la valoración (la evaluación de la cogitativa) y el consiguiente movimiento de los apetitos sensoriales (las emociones).

Ciertamente éste es sólo un ejemplo simplista: en la clínica las situaciones resultan mucho más complejas y, en general, (casi) nunca es un acontecimiento único el que determina un hábito de los sentidos y de los apetitos sensitivos, sino una serie de hechos similares y repetidos vivencias, en el tiempo a partir del cual generaliza o - para usar una extensión interesante de esta concepción[11] - se simboliza a sí mismo; si mi compañero de clase, confiado y musculoso, me tomó de la mano y me permite vencer el peligro de ese perro feo y malo que tanto me asusta, fácilmente se convertirá en el símbolo de la fuerza y la virilidad (centrándose así en el horizonte del ideal de uno mismo) mientras que el animal será el símbolo de mi debilidad y miedo.

3. EL CORAZÓN DEL PROBLEMA

Situar al nivel de los sentidos internos, y no de las demás facultades, el punto de origen de ese tipo de perturbación psíquica que los psicoterapeutas tomistas llaman “neurosis” (en particular Rudolf Allers[12], pero también Anna Terruwe y Conrad Baars[13]) nos permite distinguir la patología del vicio, así como la curación del ejercicio de las virtudes.

La identificación de estas dimensiones es un error que ha llevado a no poca confusión entre práctica terapéutica y dirección (o educación) espiritual. Ciertamente el trastorno mental favorece el desarrollo de algunos vicios ya veces, en algunos cuadros patológicos específicos -como en el caso de las adicciones- puede ser desencadenado por ellos. El mismo Tomás de Aquino lo atestigua cuando incluye la malicia como causa de la *aegritudo animalis*[14]. Pero la neurosis como rebelión inconsciente contra la realidad[15] o, podríamos decir, la compulsión que

---

11 María Teresa Gargiulo de Vazquez, *Sintesis intencional de la cogitativa*, Editorial Académica Española, p. 78.

12 Ver Jorge Olaechea Cutter, *Rudolf Allers psichiatra dell’umano*, D’Ettoris, Crotone 2013, pp. 81 e ss.

13 Véase Anna Terruwe & Conrad Baars, *Amare e curare i nevrotici*, Cittadella, Assisi 1984; Roberto Marchesini, *La psicologia e san Tommaso d’Aquino*, D’Ettoris, Crotone 2012.

14 Tomás de Aquino, Comentario sobre la ética a Nicómaco de Aristóteles, VII, I. I, nº 1303.

15 Véase Rudolf Allers, Réflexions sur la pathologie du conflit, Etudes Carmelitaines , 23, 1938, pág. 108.

lleva a quien la padece a desear y actuar de forma distinta a la voluntad, deriva de una disposición de los sentidos internos provocado por una incapacidad de la inteligencia para corregirla. Esta imposibilidad de girar a su vez se debe o bien a una inexperiencia real de las facultades racionales, como ocurre en la infancia[16], o bien a un distanciamiento de la memoria (o de las valoraciones de la cogitativa) de la conciencia, como bien lo describe Magda Arnold: "Sí la emoción elicitada es fuerte y conduce a la evitación (como hacen el miedo y el odio), esta situación, y posiblemente todos los pensamientos relacionados con ella, evitando con cautela hasta que el recuerdo real de la experiencia ya no esté disponible"[17].

4. ANÁLISIS Y SÍNTESIS

Por eso, en los últimos años me ha resultado útil enmarcar el trabajo terapéutico en dos movimientos complementarios, el primero de los cuales consiste en examinar las heridas del pasado y el significado que aún asumen en el presente. A través del razonamiento se arroja luz sobre los aspectos situados en los márgenes de la conciencia o poco comprendidos, y se evalúa cómo han contribuido a la formación de la autoimagen interiorizada del paciente. El papel de los síntomas también tiene sentido en esta imagen: como escribió Rudolf Allers: "Es gracias al análisis de los fines implícitos de la sintomatología que revela el carácter del paciente"[18], o más bien, es su respuesta habitual a los acontecimientos de la vida que actualiza la imagen interiorizada de sí mismo. El propio Rudolf Allers llamó a esta parte del trabajo terapéutico "análisis", a la que siguió lo que él llamó la "síntesis", de los que nos dejó sólo algunos indicios[19].

---

16 "Como ya hemos explicado, el uso de la razón depende de alguna manera del ejercicio de las facultades sensitivas. [...] En los niños estas facultades están impedidas por demasiada humedad en el cerebro. Por lo tanto, no tienen el uso perfecto de razón, como no tienen la de los demás miembros", Tomás de Aquino, Summa Theologiae I, q. 101, a. 2, co.

17 En Stefano Parenti, p. 97.

18 Allers dice que "una de las tareas de la psicoterapia es revelar a la persona en cuestión las intenciones verdaderas y ocultas detrás de su conducta", Psicologia e pedagogia del carattere, SEI, Torino 1961, p.15.

19 "El conocimiento de la totalidad como categoría adecuada para juzgar la personalidad naturalmente no excluye el análisis como método de investigación; pero el análisis impuesto por los límites de la mente humana debe ser sólo un método de eliminación seguido necesariamente por la síntesis", Rudolf Allers, Psicología e Cattolicesimo, D'Ettoris, Crotone 2009, p. 91. "Frente a una persona, por tanto, Allers llevaría a cabo un proceso analítico sintético en la búsqueda de su comprensión desde el análisis de sus acciones pasadas presentes hasta la visión sintética del significado de las mismas, es decir del carácter de este persona" Jorge Olaechea Cutter, Rudolf Allers psichiatra dell'umano, D'Ettoris, Crotone 2013, p. 75. "Para sanar una neurosis no es necesario un análisis que eventualmente descienda a lo más profundo del inconsciente para sacar a la luz que sabe qué reminiscencias… […]. Para sanar una neurosis es necesaria una verdadera metanoia, una revolución interna que sustituya la humildad por el orgullo, el abandono

Más explícita fue Magda Arnold, quien identificó las etapas del camino terapéutico en tres movimientos: de "lo que creo que soy" a "lo que realmente soy" (fase que corresponde al análisis de Allers) de "lo que soy a lo que quiero ser" y de "lo que quiero ser a lo que tengo que ser" o "estoy llamado a ser"[20]. Estos dos últimos pasajes constituyen la síntesis y consisten en la práctica de nuevas experiencias capaces de modificar los hábitos de la cogitativa. De hecho no basta intelligere, pero también es necesario querer y, por tanto, experimentar.

En la década de 1950, el psicoanalista estadounidense Franz Alexander hablaba de *experiencias emocionales correctivas*: "El paciente, para liberarse de sus modos neuróticos de sentir y actuar, debe vivir nuevas experiencias emocionales adecuadas para deshacer los efectos morbosos de las experiencias emocionales de su vida pasada"[21]. Se trata entonces de vivir aquellas situaciones que, por el dolor y el miedo ennegrecidos por las heridas, han sido evitados a lo largo de la vida y necesitan ser corregidos o reparados o compensados, para usar los términos de la psicología del profundo[22].

Santo Tomás, también, al referirse a la educación de las facultades cognoscitivas del alma sensible (fantasía, cogitativa y memoria) argumenta que es necesario un hábito para modificarlas: "para las facultades cognoscitivas inferiores es necesario repetir los mismos actos varias veces, para grabar el objeto en la memoria"[23].

Es interesante observar que las investigaciones más recientes sobre los factores no específicos de las psicoterapias, que se han centrado en la relación entre el terapeuta y el paciente, ahora están destacando cómo las experiencias emocionales correctivas constituyen un segundo elemento no específico capaz de determinar el éxito de los cursos de ayuda[24].

---

al egocentrismo", Rudolf Allers, L'amore e l'istinto, studio psicologico, in Ignacio Andereggen & Zelmira Seligmann, La psicologia di fronte alla grazia, Roma Dionysius 2020, p. 369-370.

20 Magda Arnold & John Gasson, *The human person,* The Ronald Press Company, New York 1954, pp. 194-195.

21 Franz Alexander, Thomas M. French et al., Psychoanalytic Therapy: Principles and Application, Ronald Press, New York 1946, traducción al italiano por Paolo Migone su http://www.psychomedia.it/pm/modther/probpsiter/alexan-1.htm.

22 La expresión "experiencias correctivas" es utilizada por Franz Alexander, como hemos visto. Por otro lado, "reparación" es una terminología que se encuentra en Melanie Klein y Donald Winnicot, y que recientemente ha regresado gracias al psicoterapeuta estadounidense Joseph Nicolosi. Por otro lado, Alfred Adler habla extensamente sobre "compensación" y "sobrecompensación".

23 Tomás de Aquino, Summa Theologiae I-II, q. 53, a. 3, co.

24 Giorgio G. Alberti, L'esperienza correttiva nelle psicoterapie, Franco Angeli, Milano 2012.

5. LAS VIRTUDES MORALES

Tener este tipo de experiencia corresponde, en efecto, al ejercicio de las virtudes morales[25]. La valoración de lo cogitativo que persiste - quizás a nivel inconsciente[26] - en una afectividad no deseada puede corregirse mediante el buen ejercicio de las facultades apetitivas y racionales. Actuar con fortaleza y templanza significa contrarrestar el miedo y moderar la búsqueda del placer; aplicar la justicia implica elegir el bien superior sobre el inferior; y poner en práctica la prudencia - además de permitir un buen uso de las virtudes anteriores - significa estar dispuesto hacia las situaciones presentes a la luz de los nuevos conocimientos del pasado alcanzados con el análisis. Para tomar una buena decisión, es necesario saber bien: en efecto, la prudencia tiene como partes integrantes las virtudes de la memoria, la inteligencia y la razón[27]. En otras palabras, ayudado también por la prudencia del terapeuta[28], se invita al paciente a ejercitar las virtudes morales como herramienta correctora de las heridas de la infancia. Esta es una segunda parte más allá del análisis que, precisamente con Rudolf Allers, podríamos llamar "síntesis". Análisis y síntesis constituyen dos movimientos complementarios: el primero destinado a comprender, el segundo a actuar. En mi forma personal de realizar las terapias, suelo dedicar las primeras entrevistas explícitamente al análisis, para luego pasar a la síntesis en las posteriores. Debe precisarse, sin embargo, que ante cada nuevo evento que enfrenta el paciente, la invitación es a analizarlo - captando sus vínculos con el pasado - y luego hipotetizar una nueva forma de enfrentarlo[29]. Análisis y síntesis, en otras palabras, se alternan en cada ocasión. ¿Por qué reaccioné ante la cabeza que gritaba con el rabo entre las piernas en lugar de mantener la calma y, en todo caso, exponer mis razones bien fundadas? El momento de síntesis apunta a formular un juicio que inicia una nueva tendencia a la acción, por ejemplo el coraje de atreverse contra ese líder (virtud de la fortaleza) la respuesta que pondría

[25] "La virtud humana, que es un hábito operante, debe ser un buen hábito y estar hecha para hacer el bien", Summa Theologiae I-II, q. 55, a. 3, co.

[26] Escribe Martin Echavarria: "[…] la ratio particularis, que obedece a la ratio universalis, aunque muchas voces ambas ratones se desconecten y hasta se opongan, cuando la cogitativa se vuelve hacia el bien particular de la afectividad fuera del orden de la razón universal", Lo praxis de la psicología y sus niveles epistemológicos según Santo Tomás de Aquino, UCALP, La Plata 2009, p. 269.

[27] Tommaso d'Aquino, Summa Theologiae I-II, q. 49, aa. 1, 2,5.

[28] Ctr. Chad Ripperger, Introduction to the science of mental health, Sensus Traditionis, USA 2013, p. 724.

[29] Magda Arnold describe la historia de un chico de 25 años que sentía una ansiedad excesiva cada vez que tenía que interactuar con el director de su departamento. Los orígenes de esta reacción se remontan a un episodio del pasado en el que había vivido una experiencia negativa. "Entonces, una experiencia correctiva era imposible mientras no pudiera establecer la conexión entre su antiguo shock y su actual reacción de miedo exagerada. […] La evaluación reflexiva le dio la oportunidad de abordar la situación con una nueva actitud hasta que finalmente su estimación intuitiva también cambió", in Stefano Parenti, p. 118.

en juego el hombre que quiere llegar a ser (ideal de sí mismo). Además de este trabajo sobre las situaciones problemáticas que relata el paciente durante la sesión -y que podríamos definir como una intervención “directa” sobre los síntomas o sus causas próximas- propongo también un trabajo “indirecto” que apunta a las causas últimas de la neurosis, como la prescripción de participar en todas aquellas actividades en las que se favorezcan experiencias emocionales correctoras o virtudes, por ejemplo el deporte para los hombres y la belleza para las mujeres, las amistades entre personas del mismo sexo, los desafíos a los miedos. Para facilitar el despliegue de esta dinámica, propongo al final de la parte analítica una sencilla herramienta que tiene por objeto las virtudes morales. Lo describo presentando un ejemplo concreto.

6. VERONICA

Verònica es una mujer de unos 45 años casada hace más de 15 años con cuatro hijos de oficio es profesora, una profesión en la que se siente satisfecha y diligente. Solicita la terapia después de engañar a su esposo por tercera vez en los últimos cinco años. La descripción de la dinámica de estos episodios saca a la luz una complementariedad deficiente en la pareja conyugal, una cesión de pasión por parte de Veronica al frente de tres pretendientes diferentes, y una curiosa involuntariedad: “no hubiera querido pero mi mente se ha nublado y me caí”. Aparentemente podría parecer un caso de malicia o de intemperancia, es decir un vicio. Profundizando en la historia del paciente, sin embargo, emergen aspectos más profundos.

En primer lugar, Veronica se queja de una reiterada falta de cariño por parte de sus padres, quienes también siendo buenas personas, anteponen las necesidades de su hermana a las de ella. Además, a través del ejercicio de la “flecha de las heridas” -en el que se invita al paciente a relatar recuerdos significativos, para luego identificar la creencia (o generalización) que cada experiencia ha dejado en la imagen de sí mismo (el *experimentum sui* sobre el que Martin Echavarría habla[30])- surgen numerosas experiencias de “desamor”[31] y la idea generalizada de “si no molestas anda bien”. La imagen de sí misma como mujer herida Verónica la resume con la palabra clave[32] “pasiva” que varias veces, a lo largo de su vida,

[30] Martín Echavarría, La praxis…, p. 274.

[31] Scrive Zelmira Seligmann: “Creo que es bueno recalcar aquí, que las situaciones de desamor son las más importantes en lo que a problemáticas psicológicas se refiere. Sin lugar a dudas, es el Amor el que nos da la existencia y nos la mantiene. El vacío de Amor, causa el más profundo dolor que podemos conocer”, La psicología ante la gracia, Educa, Buenos Aires 1999, p. 30 (traduzione italiana La psicologia di fronte alla grazia, Dionysius, Roma 2020, p. 26).

[32] El psicoterapeuta jesuita y alemán, Karl Frielingsdorf, ha ideado el “método clave” que resume así: “[…] ya en los primeros años de vida todo el mundo adquiere una posición negativa clave, es decir una actitud negativa inconsciente, básica. Hacia esto se manifiesta como un sentimiento vital “radical” incluso en la edad adulta, especialmente en situaciones onerosas, y a

la ha llevado y la lleva a experimentar un gran esfuerzo en decir no, en afirmar su posición, en desagradar al interlocutor. Ciertamente estamos resumiendo en muy pocas palabras algunos rasgos de carácter que merecen más exposición. Después de haber dedicado un estudio en profundidad sobre la familia de origen (a través del genograma), uno sobre las heridas que lleva consigo (flecha de heridas) y otro sobre las amistades, en el quinto encuentro propongo la herramienta de la autoimagen. Le pido a Verónica que escriba los cinco adjectivos principales que la describen en una hoja de papel. Ella informa: “sensible”, “agradable”, “inteligente”, “terca”, “emocionalmente débil”. Luego pregunto, para cada uno de los rasgos, si es positivo o negativo y, en el primer caso, si esconde aspectos negativos (según un razonamiento aristotélico por el cual las cosas buenas pueden corromperse si son demasiadas o insuficientes[33]). “Sensible”, el primero de los cinco adjetivos, se convierte así en “condescendiente” y “desequilibrado sobre el juicio del otro”. En este punto de la hoja dibujo una flecha hacia arriba hasta el margen y le pido a Verónica que identifique el opuesto positivo, es decir, la buena cualidad que contrasta las características problemáticas. Escribe: “fuerte”, “seguro”, “egocéntrico”. Lo mismo sucede con los demás adjetivos con implicaciones negativas, que en el caso de Verónica son todos los iniciales.

Los elementos finales son estos:

- “Miedo al conflicto”, “miedo a perder la estima del otro”, al que se opone “autoestima”, “coraje” y “asertividad”;
- “Dependiente del reconocimiento del otro”, opuesto a “humilde” y “templado”;
- “Emocionalmente débil” y “temeroso”, a lo que se contrapone el “control de sí mismo”,
- “valiente” y “saber decir no”;
- además del ya mencionado “condescendiente” y “parcial en el juicio del otro”, al que se oponen los “fuertes”, “seguros” y “egocéntricos”.

menudo causa perturbaciones psíquicas e impedimentos para la expansión vital. Mensajes clave de la madre y el padre (por ejemplo, rechazo). En relación con esta posición clave - que se puede resumir en una palabra clave - el niño desarrolla estrategias de supervivencia con el fin de obtener la dedicación y el reconocimiento indispensables para su vida”, en Karl Frielingsdorf, …Però Dio non è così, San Paolo, Cinisello Balsamo 1995, p. 13.

33 Aristóteles, Ética a Nicómaco, Rizzoli, Milano 1986. En el punto 1106a del quinto libro, página 166, leemos: “[...] solemos decir de las obras de éxito que no hay nada que quitar ni nada que añadir, asumiendo que el exceso y el defecto arruinan la perfección, mientras que el camino medio la salvaguarda, y los buenos artesanos, como decimos, trabajan fijando en el medio”.

No es difícil encontrar en los adjetivos positivos, que constituyen a Verónica como quisiera ser (ideal de sí misma), los aspectos centrales de las virtudes de la templanza y sobre todo de la fortaleza. Esta última es en realidad la disposición que permite el correcto control del miedo, que en Verónica se manifiesta desde su remota historia en la preocupación por inquietar o disgustar a los demás. El miedo, recordemos, está siempre, presente en la neurosis[34]. A través de la práctica consciente y los actos de fortaleza elegidos voluntariamente - el ejercicio quiere estimular precisamente el compromiso voluntario[35] de entrenar - Verónica desarrolla una mayor conciencia de su propia capacidad de acción y valor personal. Pronto la persona "pasiva" da paso a la "asertiva", tanto que decide retomar su propio matrimonio y afrontar abiertamente las dificultades.

7. CONCLUSIONES

Así como la virtud de la prudencia reside en la razón pero se cuenta entre las virtudes morales[36], ya que entre los tres movimientos que la componen el de la decisión es el suyo específico, la psicoterapia consta también de dos dinámicas complementarias.

El primero es el más peculiar (si no accidentalmente realizado sólo por la figura profesional del psicólogo), o "análisis". La segunda, en cambio, que hemos llamado "síntesis", se inscribe dentro de la gran vertiente de la pedagogía, pero sigue una tendencia especial ya que se apoya en las virtudes a la luz de un deficiente desarrollo madurativo. Como resumió el profesor Echavarría, la psicoterapia es, por tanto, una "pedagogía moral especial[37] que tiene su culminación en la práctica de las virtudes morales. Siguiendo la analogía que nos da la virtud de la prudencia, que es una virtud moral aunque excede el ámbito de la inteligencia en el que tiene sede, se puede argumentar que la psicoterapia consiste en un camino educativo cuyo aspecto específico va más allá del ámbito de análisis.

---

[34] "El miedo siempre está involucrado en el conflicto", Magda Arnold, Emotion and personality, vol. 2, Columbia University Press, New York 1960, pag. 274. "El miedo es un factor fundamental en todas las formas de neurosis", Rudolf Allers, Psicologia e pedagogia del carattere, p. 295.

[35] Escribe Martín Echavarría: "Pero es muy importante resaltar que este cambio no se puede dar sin una transformación de la afectividad y de la intención de la voluntad, porque la prudencia se refiere a los medios, en tanto que el apetito a los fines", La praxis..., p. 276.

[36] "No todas las virtudes pueden llamarse morales, sino sólo las que residen en una facultad apetitiva", Tomás de Aquino, Summa Theologiae 1-1, q. 58, a.1, co.

[37] Martín Echavarría, El problema de la psicología contemporánea en su relación con la fe cristiana, Humanitas n' 49, 2008, pp. 86 y ss. [Tr. Ita. Sobre la problemática epistemológica y práctica de la psicología contemporánea en su relación con la fe cristiana , publicado en www.psicologiacattolicesimo.blogspot.it]

CAPÍTULO 26
LA VIRTUD EN LA PSICOTERAPIA DE LA RECONCILIACION

Mg. Humberto Del Castillo Drago
hdelcastillod@centroarete.org
Director General Areté, Medellín, Colombia.

Es el primer Centro de Psicología Católico de habla hispana, que teniendo como fundamento la antropología cristiana, busca que la persona humana avance en su proceso de reconciliación personal y alcance una existencia virtuosa.

Areté, es un centro psicológico fundado en Medellín, Colombia el 25 de enero del 2012, por el psicólogo y laico consagrado Humberto del Castillo Drago, miembro del Sodalicio de Vida Cristiana, que se define como "una sociedad de vida apostólica, integrada por laicos y sacerdotes que llevan vida fraterna en común, entregan su vida plenamente a Dios y anuncian el Evangelio en las diversas realidades humanas". (Sodalicio de Vida Cristiana, s.f.). Del Castillo, con el apoyo de algunos psicólogos y estudiantes de psicología toma la iniciativa de fundar un centro que tenga una visión del ser humano como "unidad bio-psico-espiritual, brindando un servicio integral por medio de distintos espacios y alternativas en los que busca la vivencia de la virtud, la reconciliación y la salud mental". (Areté, 2021)

En Areté partimos de la antropología cristiana. Nuestras bases, fundamentos, columnas son la antropología mencionada. El esfuerzo del Centro Areté está centrado en hacer psicología desde la mirada integral del ser humano. Somos psicólogos y nuestro esfuerzo está en hacer una psicología integral y universal, promover la virtud (Areté), como una manera de vivir el dominio personal, a través de la relación consigo mismo, con los demás, con lo creado y con Dios, respondiendo a la verdad y objetividad del ser humano. Se considera que los enfoques en

muchos casos reducen al hombre a un proceso, a un impulso y lo fundamental es la consideración que el ser humano: es una *persona*, libre, autónoma, invitada al amor, unidad bio-psico-espiritual, que posee la dignidad de hija de Dios.

1. ESTOS SON LOS VALORES CORPORATIVOS DEL CENTRO ARETÉ

Reconciliación: involucra la recuperación de la unidad personal.

Virtud: hábito que potencia las facultades del ser humano.

Proactividad: tomando la iniciativa y asumiendo la responsabilidad.

Integridad: entendida como rectitud, coherencia y transparencia.

Excelencia: óptima calidad en nuestros servicios.

Trabajo en equipo: entendida como sinergia e integración de habilidades y capacidades. (Areté, 2021).

Desde sus inicios el Centro Areté se esforzó por elaborar una propuesta de psicología y psicoterapia integral y católica, la expresión más importante de dicho esfuerzo es la psicoterapia de la reconciliación, sin embargo, existen otras iniciativas relevantes tales como: nuestro fondo editorial: que tiene 5 libros, las escuelas de formación: Amores (afectividad y sexualidad) y familias virtuosas. Otra iniciativa importante de formación e integración entre pares psicólogos, es la Red de Psicólogos Católicos, que viene creciendo y aportando en la formación de distintos psicólogos a través de varios eventos, tales como los Seminarios "Psicología y Persona Humana", de los cuáles ya se realizaron 5 versiones, tres presenciales y dos online.

2. ¿QUÉ ES LA PSICOTERAPIA DE LA RECONCILIACIÓN?

Basta dar una mirada sencilla a la vida del hombre contemporáneo, para descubrir que se encuentra en una desarmonía y ruptura interior, fruto de múltiples heridas afectivas generadas tras hechos o circunstancias que han sido significativos a lo largo de su existencia dejando un profundo dolor o secuelas en el presente, como lo son los efectos de la guerra, una familia con patrones de crianza disfuncionales, la muerte de un familiar o personas cercanas, una ruptura sentimental, entre otras situaciones. Para ello, la Psicoterapia de la Reconciliación (PR) como modelo de intervención clínico desarrollado por los miembros del Centro Areté, ha querido responder a situaciones vitales o lo que se llama en la PR heridas afectivas, que han marcado la vida de la persona.

Para ello resulta importante desarrollar el término de heridas afectivas.

2.1. Heridas afectivas

Descomponiendo el concepto la palabra **herida** viene del griego "*tráumatus:* traumatizar" que alude a la generación de una herida física o psicológica, entendiendo que la palabra **trauma** se utiliza para referirse al componente psíquico y **traumatismo** para el componente físico, la Real Academia Española define una herida como "aquello que aflige y atormenta el ánimo" (p. 102).

Ahora bien, presentaré una breve descripción de lo que puede entenderse por afectividad, para luego dar una definición general del concepto "herida afectiva". Enrique Rojas (2004) define **la afectividad** como:

> El modo en que somos impactados internamente por las circunstancias que se producen a nuestro alrededor. Es en la intimidad de la persona donde esto resuena, en la sacralidad de cada uno. La afectividad es un universo emotivo formado por un sistema complejo de sentimientos, emociones, pasiones, motivaciones, ilusiones y deseos (p. 45).

En relación con lo anterior, puede decirse que la afectividad es la resonancia que tiene en nuestro interior los hechos o experiencias por las que pasa una persona, constituido por todo un sistema emotivo y motivacional.

> Por tanto, es importante explicar que una herida afectiva es un choque o golpe en la afectividad de la persona, el cual produce un daño duradero en todas sus dimensiones. Dicha herida o trauma aflige, duele y atormenta el ánimo o psique de la persona. (Del Castillo, 2021, p. 115).

De allí que puede inferirse que una inadecuada satisfacción de la necesidad afectiva puede producir heridas en esta esfera, que si no se cuenta con los recursos psíquicos necesarios, apoyo social y/o familiar, capacidad de resiliencia o de restablecimiento adecuados para afrontarlas, pueden traer problemas y graves afectaciones a la persona, por ejemplo, desde la infancia, podrían ayudar a la formación de creencias y actitudes disfuncionales que sientan en muchos casos las bases para la conformación de un tipo de patología y que esta a su vez alteran las diversas áreas de la vida de la persona, tal como se pronuncia Salgado (2014) al manifestar que «existe un gran vacío existencial y carencias afectivas que se traducen en una mayor prevalencia a nivel mundial de cuadros como la ansiedad, la depresión y estrés que lamentablemente forman parte de la vida, desde edades muy tempranas» (p.123).

Todo lo anterior, explica que actualmente las heridas afectivas sean una de las causas por la cual muchas personas asistan a consulta psicológica; es por ello que nace la necesidad de abordarlas, identificarlas, trabajarlas, aceptarlas, desde una

apertura a la reconciliación (propuesta central de este tipo de intervención), sobre ello Bejarano (2008) refiere que la reconciliación:

> Funge al modo de un proceso de cicatrización, en el que el dolor ha pasado y el sitio de la herida puede palparse sin problema; en efecto, el recuerdo de la experiencia dolorosa o traumática permanece, pero la representación de lo sucedido no logra penetrar la intimidad, ni generar malestar (p.116)

Es decir que, aunque existen acontecimientos que no se pueden cambiar, la reconciliación permite resignificar, aceptar, sanar y asimilar lo vivido y es a ello a lo que se intenta dar respuesta por medio de la Psicoterapia de la Reconciliación.

Basada en nueve principios la PR parte de una visión específica del ser humano como unidad Bio-Psico-Espiritual, y haciendo uso de herramientas y técnicas psicológicas concretas, esta psicoterapia pretende que el consultante tenga una apertura al conocimiento de sí mismo, a la aceptación personal, el perdón y la reconciliación.

3. NUEVE PRINCIPIOS DE LA PSICOTERAPIA DE LA RECONCILIACIÓN

1. El ser humano es una unidad Bio-Psico-Espiritual.
2. La persona es un ser único e irrepetible, libre, dialógico, que desea amar y ser amado.
3. La persona está invitada a hacer de su propia vida una existencia virtuosa.
4. La persona necesita apoyarse en el conocimiento de sí mismo, en la realidad y en los otros para descubrir que su vida tiene un determinado para qué, un sentido existencial que está llamado a realizar.
5. Centra su intervención abordando esferas fundamentales de la persona tales como: la valoración, la aceptación, la afectividad, reconciliación, conocimiento personal, entre otras
6. Busca que la persona descubra y avance en la reconciliación consigo mismo, con los demás, con el mundo y su parte espiritual.
7. Orienta su atención a que la persona conozca y acepte la herida y/o malestar psicológico manifestado en su historia personal.
8. Busca que la persona se responsabilice de su propio proceso por medio de un vínculo terapéutico auténtico, empático y directivo.

9. Centrándose en el presente articula elementos del pasado de la persona para realizar la intervención psicológica.

Desde este trabajo, se plantea la realización de una Psicoterapia profunda de Reconciliación; la cual es entendida como el proceso de volver a unir, reanudar y reconstruir en la medida de lo posible a su propia historia. El objetivo que persigue entonces es que la persona se abra al conocimiento de sí, a la aceptación tanto personal como a la historia de vida, al perdón y la reconciliación para de esta forma lograr la reunificación de la persona, que se va a reflejar en todas sus dimensiones y áreas personales. Este proceso se realiza mediante la modificación o resignificación tanto de creencias, esquemas, bloqueos en ciertos ciclos, entre otros, y llegar con esto a la identificación y la sanación de las heridas afectivas que puede poseer la persona.

Se trata de ser cooperadores activos en la terapia y de proporcionar elementos, para que la persona logre conocerse a sí misma, lo cual implica que reconozca y acepte tanto sus limitaciones o dificultades psicológicas, físicas, espirituales, así como los recursos personales que posee, los que serán usados posteriormente como herramientas en el trabajo terapéutico y que ayudará a reconciliar tanto su pasado como su presente.

3.1. Momento o Fases de intervención de la Psicoterapia de la Reconciliación

A continuación, describiré brevemente los tres momentos o fases de intervención que propone la PR, es importante señalar que no son momentos rígidos, debido a la necesidad de adecuar los procesos a las necesidades de la persona y no la persona a los procesos.

3.1.1. Primer momento (vínculo terapéutico, evaluación, diagnóstico y reducción de síntomas)

Para la Psicoterapeuta de la Reconciliación, el vínculo terapéutico, es el primer paso y es de vital importancia para cumplir el objetivo del tratamiento, convirtiéndose en la mejor herramienta para que ambos caminen de la mano hacia la meta en común; siendo importante en todo momento mantener el respeto por la individualidad y libertad del otro.

En este primer momento, es necesario realizar una evaluación (tanto del estado mental, de las diversas áreas personales) y de esta forma reconocer los síntomas y si se diera el caso, la identificación de un trastorno. En este momento, también se exploran los recursos personales de quien consulta, los cuales van a ser útiles durante el proceso y que serán también herramientas de cambio.

Generalmente las personas que acuden a consulta presentan síntomas que generan malestar significativo y que en este primer momento son importantes reducir, dado que de esta forma se permite a la persona avanzar a un nivel intermedio de intervención y focalizarse en resolver problemáticas más profundas.

Para finalizar este momento, se tiene una hipótesis diagnóstica, objetivos terapéuticos (elaborados conjuntamente con el consultante), un plan de tratamiento global (si es necesario se incluye a un equipo multidisciplinar).

3.1.2..Segundo momento

Durante este momento, se busca continuar trabajando los objetivos terapéuticos propuestos desde el momento anterior. En cada sesión se buscan objetivos a trabajar guiados por los objetivos globales del tratamiento y según la evolución de la persona. Sigue siendo fundamental la relación terapéutica.

Basado en el presente, se hace una identificación y modificación de lo que ha generado la sintomatología del paciente, para algunas corrientes será basado en las creencias o esquemas, situaciones inconclusas, etc.

Hasta acá llega la psicoterapia convencional, abriendo a un tercer momento. El objetivo de la psicoterapia no es eliminar una corriente u otra, sino que basados en lo que pueda servir a la persona hace uso de diversas técnicas y protocolos según sea el caso.

3.1.3. Tercer momento: Reconciliar heridas afectivas

Una vez habiendo reducido los síntomas, teniendo la persona mayor estabilidad emocional, se puede adentrar en una psicoterapia profunda, llamada así porque no sólo se queda trabajando el síntoma o molestias presentes, sino que se profundiza en ciertas etapas de la historia personal según sea el caso (Por medio de diversas estrategias como: línea de vida, cuestionario de historia personal, autobiografía, entre otras), lo cual en la mayoría de los casos lo llevará al reconocimiento de sus heridas afectivas. Una vez reconocidas, se inicia el proceso de aceptación, para buscar el perdón y finalmente la reconciliación con el otro o con el ofensor.

Cabe señalar que si bien se ha encontrado valoraciones positivas por parte de las personas que realizaron un trabajo de reconciliación de heridas afectivas, una forma del terapeuta evaluar este momento es por medio de la ficha de reconocimiento de la herida, e indagar si el hecho que originó la herida o las consecuencias lo afectan actualmente, a nivel emocional, cognitivo, entre otros. Además, es necesario profundizar en que las personas que realicen este proceso son personas que deben tener un estado de conciencia alerta, no poseer ningún retraso en el

aprendizaje que sea significativo, ni estar bajo los efectos del alcohol o sustancias psicoactivas.

En síntesis, se ha buscado desarrollar en este apartado, de una forma breve la propuesta de una intervención clínica, que está en etapa de gestación, cuyas bases antropológicas son católicas, pero que esto no limita su intervención en población no practicante o no creyente.

La terapia concluye finalmente en un acompañamiento donde se da pie al descubrimiento de facultades, potencialidades y cualidades de la persona que la ayuden a vivir la virtud, entendida esta última como camino que lleva al hombre a ser la mejor versión de sí mismo.

Finalmente cabe aclarar, que los momentos o fases anteriores no se dan de manera rígida, sino que el curso y duración de la PR dependen principalmente del caso y proceso del consultante.

3.2. Relación terapéutica

En cuanto a la relación terapéutica es importante considerar que la Psicoterapia de la Reconciliación mira a sus consultantes desde una posición particular, auténtica y única, la cual influye en los objetivos terapéuticos que se llevan a cabo dentro del proceso. Dicha visión antropológica permite que el proceso terapéutico y la formación de la empatía entre el consultante y el terapeuta se fortalezca, para facilitar el cambio durante las sesiones de terapia.

El psicoterapeuta de la reconciliación podrá brindar un vínculo empático, en el que ayude a la persona a conocerse y aceptarse, de manera que logre abrirse al don de la reconciliación (Del Castillo, 2016). De este modo, el vínculo de un Psicoterapeuta de la Reconciliación con la persona que atiende debe basarse en la escucha activa, la vivencia de los silencios, y de la virtud. Por otro lado, en el Centro Areté se tiene en cuenta la objetividad y subjetividad del consultante, además de tener una disposición hacia el otro no como un síntoma, sino como una persona que necesita ayuda, con un dolor específico que debe trabajar, aceptar y reconciliar en su historia de vida.

3.3. La Virtud en la Psicoterapia de la Reconciliación

El Centro de Psicología Areté y la Psicoterapia de la Reconciliación, nacidos en el seno de la Iglesia Católica, desde sus inicios asumen la “Dirección de San Pedro” y el “Sistema de Virtudes”, como dos métodos inspiradores para profundizar en la Areté y poder crecer cotidianamente en las virtudes humanas y teologales. La Dirección de San Pedro, es un método espiritual que ayuda a la persona a cooperar con la gracia y vivir las virtudes teologales de manera cotidiana a la luz de las recomendaciones del Apóstol Pedro en la mencionada carta. (II Pe*1,5-8)*.

Las demás virtudes que se sugieren son como puertas de acceso que se nutren de cada virtud teologal y que conducen a la persona a vivirlas en la cotidianidad. Cada virtud es una puerta de entrada y se relaciona de manera orgánica con las demás virtudes como elementos de una red, más que en forma lineal, de manera que cuando se práctica una virtud, como el nodo de una red que se levanta, al mismo tiempo arrastra otras virtudes.

Se considera fundamental insistir en la importancia y primacía de la gracia de Dios, para avanzar y fructificar cualquier esfuerzo por avanzar en la santidad de vida. El sistema de dirección de San Pedro es un método que nos ayuda a colaborar con la gracia de Dios y a vivir las virtudes cotidianamente. Se coopera con la gracia, que no es otra cosa que la persona de Cristo; él mayor Don del Padre.

Son tres virtudes: Fe, Esperanza y Caridad; a su vez esas virtudes se dividen en otras virtudes, tal como se muestra en el siguiente cuadro:

FE			ESPE- RANZA	CARIDAD	
Virtud: Silencios 1. Palabra 2. Cuerpo 3. Mente 4. Memoria -imaginación - fantasía 5. Pasiones 6. Voluntad 7. Bienes temporales 8. Atención	***Conocimiento***: Discreción, sentido de la realidad. 1. Confian-za en Dios 2. Descon-fianza de uno mismo 3. Recurso al consejo 4. Reno-vación de resoluciones 5. Resistencia a las tentaciones 6. Paciencia	***Abstinencia,*** *templanza o dominio pro-pio.* 1. Humildad 2. Sencillez 3. Abnega-ción de uno mismo 4. Renun-cia al influjo del mundo 5. Magna-ni-midad 6. Castidad	***Paciencia***, permanencia, perseve-rancia.	***Piedad*** Es el amor a Dios	***Amor fraterno*** Es el amor al prójimo

Tomado del libro: el camino de las virtudes (Tokumura, 2021)

3.4. La Virtud o Areté

Como la entiende San Pedro significa "señorío de sí mismo", "maestría personal" o "excelencia". (Pierce, 2010). "La Areté es la cooperación humana con la

gracia que conduce a la reconciliación de las facultades del ser humano. La virtud, unida a la gracia de Dios conduce al hombre a la unión, a la reconciliación personal. (Del Castillo, 2021)

Por otro lado, el Catecismo de la Iglesia Católica nos dice que: "La virtud es una disposición habitual y firme a hacer el bien. Permite a la persona no sólo realizar actos buenos, sino dar lo mejor de sí misma. Con todas sus fuerzas sensibles y espirituales, la persona virtuosa tiende hacia el bien, lo busca y lo elige a través de acciones concretas. «El objetivo de una vida virtuosa consiste en llegar a ser semejante a Dios» (San Gregorio de Nisa, *De beatitudinibus*, oratio 1)" (No. 1803).

Es así que frente a la experiencia de ruptura y de dispersión interior, la virtud ofrece a la persona humana un camino de integración interior y reconciliación personal para poder responder a la gracia con mayor libertad. Pero sobre todo tiene como objetivo el recuperar la semejanza con Dios, es decir, la capacidad de comunicarnos con Él.

Tokumura (2021) La vivencia de la Areté es un camino concreto de cooperación con la Gracia. Y esta Gracia no es una energía anónima o un "algo", sino, más bien, un "alguien", la persona misma de Cristo con quien establecemos una relación concreta, o en palabras del mismo Señor, de amistad (Jn 15, 13). Es decir, el fin de la areté -y las maestrías que incluye- sólo tienen sentido en relación estrecha con la persona del Señor Jesús. (pp-36-37)

Una manera concreta de ejercitar la virtud en nuestra cotidianeidad es la vivencia de los silencios. Este silencio o silencios se van a entender como virtudes o maestrías, puesto que no hacen referencia a una mera ausencia de ruido, sino a un señorío de sí mismo, maestría personal, sobre nuestras facultades, para poder cooperar activamente con la gracia, recobrar la semejanza perdida por efecto del pecado en nuestra vida. Sin duda alguna los silencios o maestrías son una respuesta positiva a la gracia de Dios, a la vez que un camino de reconciliación de nuestras capacidades y potencias, reorientándolas según nuestros dinamismos fundamentales y necesidades psicológicas. En el libro llamados a la reconciliación, Del Castillo y Caballero (2021), mencionan el silencio interior, como la capacidad para ser "conscientes de todo lo que hay inmerso en el propio ser, en cada una de sus dimensiones y descubriendo fortalezas y debilidades para potencializarlas".

Es un camino de libertad, por medio el cuál el hombre enfrenta sus distintos obstáculos y esclavitudes. Es integral y activo, puesto que involucra a toda la persona, como unidad bio-psico-espiritual y la conduce a un estado armónico de sus facultades, ordenadas según el plan de Dios. Se consideran ocho silencios que forman parte de la virtud (Areté) que se añade a la Fe en la Dirección de San Pedro, como se vio en el cuadro anteriormente visto.

La Psicoterapia de la Reconciliación, desde su mirada integral y partiendo de la antropología cristiana, brinda a los consultantes una serie de herramientas psicoterapéuticas en cada una de sus etapas o fases; de manera que la persona me-

jore sus síntomas iniciales, modifique y encauce sus esquemas disfuncionales o su creencia nuclear negativa, reconcilie sus heridas afectivas y abra su existencia a las distintas virtudes. En este sentido, las virtudes se entienden como hábitos operativos buenos, opuestos a los vicios; permitiendo que pueda otorgar gloria a Dios en su vida, para abrirse, además, al regalo de la reconciliación en sus cuatro dimensiones, expresiones o niveles: con Dios, consigo mismo, con los demás y con lo creado (Del Castillo, 2016).

La Psicoterapia de la Reconciliación invita entonces a orientarse en cada una de sus momentos o fases, a vivir distintas virtudes entre consultante y psicólogo clínico, quien es el profesional que acompaña el proceso terapéutico. Ahora bien, las virtudes son medios, estrategias o caminos que, ambos protagonistas de la psicoterapia transitan para cumplir los objetivos terapéuticos trazados.

La Psicoterapia de la Reconciliación propone entonces la vivencia oportuna y la profundización de la Areté como señorío de sí mismo, maestría personal y disposición habitual y firme a hacer el bien. De esta forma, los dos actores de la psicoterapia pueden ofrecer lo mejor de sí, tienden hacia el bien y pueden abrir sus existencias al don de la reconciliación y sus cuatro dimensiones antes señaladas.

REFERENCIAS

Areté. (2021). Es la reconciliación del ser humano: https://centroarete.org/

Bejarano, J. (2008). *Reconciliación como pérdon una aproximación a partir de Hannah Arendt. Praxis Filosófica, sv.(26) pp. 111-129.*

Del Castillo Drago, H. (2016). *Reconciliación de la historia personal* (1da Edición). Medellin: TORHU consultores SAC.

Del Castillo Drago, H., & Caballero Andrade, M. (2021). *Llamados a la reconciliación.* Medellín: Areté:Centro de desarrollo integral de la persona.

Real Academia de la Lengua Española (2014). *Diccionario de la lengua española, 23* ª edición. http://dle.rae.es/?w=diccionario

Rojas, E. (2004). *Los lenguajes del Deseo*. Madrid: Planeta.

Salgado, A. (2014). Revisión de estudios empíricos sobre el impacto de la religión, religiosidad y espiritualidad como factores protectores. Propósitos y representaciones, 2 (1), 121-159. http://dx.doi.org/10.20511/pyr2014.v2n1.55

Sodalicio de Vida Cristiana. (s.f.). https://sodalicio.org/que-es-el-sodalicio-de-vida-cristiana/

Tokumura, O. (2021). *El camino de las virtudes.* Medellín.

CAPÍTULO 27

APORTACIÓN DE LA VIRTUD DE LA HUMILDAD A LA PRÁCTICA TERAPÉUTICA DESDE UNA PERSPECTIVA TOMISTA

Patricia Antonín García-Mauriño
pantoning@uao.es
Universitat Abat Oliba CEU, Facultad de Psicología, Barcelona, España

INTRODUCCIÓN

Uno de los principales retos al cual se enfrentan los psicólogos católicos es la integración de un pensamiento en el cual ciencia y ética no solo no se opongan, sino que además se enriquezcan. La profunda escisión entre fe y razón[1], toma en esta disciplina un carácter relevante. Conscientes de ello, esta comunicación reflexiona sobre la aportación que el pensamiento tomista, como integración filosófica y teológica, ofrece al estudio de la psicología, siguiendo las anotaciones de algunos autores que presentan la figura de Santo Tomás como psicólogo[2]. Partimos de la idea de que la psicología, sin la ética, se ve impedida para dar una respuesta verdadera al sufrimiento del hombre y defendemos la contribución que la obra del Aquinate supone para la psicología actual, como un enriquecimiento de las premisas para el desarrollo de una psicoterapia anclada en la concepción cristiana del hombre y de la felicidad. Estudiando las enseñanzas de Santo Tomás

[1] La redacción de la Encíclica *Fides et Ratio*, publicada el 14 de septiembre de 1998, es buena muestra del interés de Juan Pablo II por promover el encuentro entre la ciencia y la fe.

[2] Andereggen, "*Santo Tomás, psicólogo*", p. 24.

sobre la virtud de la humildad, presentamos estas reflexiones que pretenden tender puentes entre el conocimiento que la ética y la psicología ofrecen acerca del desarrollo de esta virtud y sobre el hombre, profundizando en la comprensión del desarrollo pleno al cual el ser humano está llamado por naturaleza.

1. LA NOCIÓN DE VIRTUD EN LA PSICOLOGÍA CONTEMPORÁNEA

La pérdida de la noción de virtud en nuestros días es un hecho que numerosos autores denuncian[3]. Arrinconado como término únicamente válido en el ámbito de la teología, la virtud ha sido y es omitida por muchos autores que, sin embargo, buscan con celo la clave del desarrollo psicológico equilibrado del ser humano. Una explicación para este fenómeno, puede ser el creciente interés, surgido en el siglo XIX, por hacer de la psicología una ciencia empírica. Sin embargo, cuando se opta por analizar la conducta humana relegando su dimensión moral, corremos el peligro de dividir al hombre y contemplarlo bajo un aspecto parcial que no explicará la complejidad del todo que el ser humano representa. Ésta es una de las causas del desatino de numerosas terapias, que parecen basarse implícitamente en un deseo frustrado de anti-moralidad. Si el papel principal de la psicología es ofrecer una re-educación al hombre para que sea capaz de enfrentarse a la vida y ser feliz, ésta no puede olvidar que todo acto humano tiene unas consecuencias y que éstas son positivas o negativas, pero nunca neutras. Defender, en psicología, la no implicación ética resulta, por tanto, un sinsentido, ya que solo se puede guiar a otro hacia el bien si se es capaz de reconocer ese bien y optar por él.

A pesar de ello, afirmamos que la psicología se encuentra, por tanto, en un momento histórico para la recuperación de nociones clásicas. Los intentos por elaborar terapias que favorezcan el desarrollo equilibrado de las personas, cuando se realizan con verdad, apuntan a la necesidad de estudiar al hombre en todas sus dimensiones. Esta evidencia sugiere la conveniencia de recuperar el concepto de virtud como clave de comprensión del dinamismo interior del ser humano que, en su complejidad, solo puede ser entendido cuando es contemplado en orden a su fin último. Ejemplo de ello es la Positive Psychology de Seligman, que postula la necesidad de enfocar la investigación psicológica hacia el desarrollo de las fortalezas del hombre, ofreciendo una visión más positiva de la persona y de sus potencialidades[4]; devolviendo el foco de atención del estudio psicológico al desarrollo pleno del hombre.

Cuando la consideración de su naturaleza se pone en el centro del estudio de la psicología, el entramado psíquico se ve iluminado. Ésta es la visión que, a nuestro parecer, el psicólogo católico debe buscar en su práctica profesional, recordando

---

[3] Pieper, *Las virtudes fundamentales*, p. 14.

[4] Cfr. Peterson & Seligman, *Character, Strenghts and Virtues. A Handbook and Classification*.

en todo momento que la persona sufriente que tiene delante solo puede ser comprendida en plenitud desde la mirada de Cristo, quien "revela el hombre al propio hombre"[5].

2. EL CONOCIMIENTO PERSONAL Y LA AUTOACEPTACIÓN

2.1. Conocimiento personal

El hombre, para desarrollarse como hombre, debe realizar un proceso de crecimiento psicológico que pasa irremediablemente por el autoconocimiento. Este conocimiento personal puede definirse como la correcta relación entre lo que el individuo es y lo que cree que es. Consiste, por tanto, en un conocimiento verdadero (puesto que realidad y conocimiento se adecúan) que es difícilmente observable desde el exterior.

Para evaluar esta introspección, la psicología considera la relación entre lo que el individuo cree que es y lo que otros dicen que es, de modo que se comparen dos conocimientos diversos sobre un mismo individuo y se observen las diferencias.[6] Ésta parece ser la forma más sencilla de identificar si un determinado autoconocimiento es verdadero. Pero ¿qué elementos debe considerar el psicólogo para afirmar que una persona posee un correcto conocimiento de sí mismo? Allport señala algunas características observables.

En primer lugar, afirma que las personas que conocen sus defectos tienden a no proyectar esas faltas en otros, a ser mejores jueces de las conductas ajenas y ser más fácilmente aceptados por los demás. En segundo lugar, observa cierta correlación entre el correcto conocimiento de sí y niveles altos de inteligencia[7].

La tarea de introspección necesaria para el conocimiento personal es ardua y puede provocar cierto rechazo en personas con tendencia a huir de las dificultades. Maslow habla, por ejemplo, del "miedo al conocimiento" como un mecanismo de defensa de la autoimagen[8]. Ese miedo a conocer la propia realidad se torna, de algún modo, en una barrera que impide al sujeto adentrarse en su propia identidad y reconocer en ella los aspectos positivos de su personalidad. La actitud evitativa frente a lo negativo de uno mismo actúa, en este caso, como enemigo del crecimiento personal y supone un obstáculo en nada desdeñable para la consecución de una personalidad asentada en la verdad de uno mismo. El sujeto anclado en el temor anula la tendencia natural al desarrollo positivo, quedando sometido a una especie de parálisis psicológica provocada por la aversión a la verdad, lo cual

---

5 *Gaudium et Spes*, núm. 22.

6 ALLPORT, *La personalidad. Su configuración y desarrollo*, p. 348.

7 Ídem.

8 MASLOW, *El hombre autorrealizado*, p. 91.

impide un sano crecimiento personal. Recuperar el deseo de conocimiento de la realidad como tal, tan propio de la naturaleza humana, será un elemento esencial en ese camino psicoterapéutico orientado al conocimiento personal.

Este tipo de conocimiento supone la realización de un camino de introspección que ha sido señalado como esencia del desarrollo personal desde tiempos antiguos. La disciplina filosófica, por ejemplo, apunta desde sus orígenes la importancia de este proceso personal[9]. Esta forma de conocimiento implica la reflexión acerca de las propias fortalezas y debilidades del carácter, aquello que la ética ha denominado clásicamente vicios y virtudes.[10]

La reflexión en torno a las fortalezas y debilidades propias es una labor harto difícil. Como ser racional, el hombre posee la capacidad innata de volver sobre sí mismo. Prescindir de este proceso personal redunda en detrimento del desarrollo ético y psicológico del hombre, puesto que lo más natural al ser humano es la apertura de su razón a la verdad y, muy especialmente, a la verdad sobre sí mismo.

Este conocimiento personal es una de las partes fundamentales de la virtud de la humildad. Bermúdez afirma que «la humildad dice relación a la verdad sobre uno mismo en concreto»[11]. Contraria al conocimiento por exceso y por defecto, la humildad presupone el equilibrio de la razón que se adecúa a la verdad.

El discurso elaborado por Santo Tomás respecto a dicha virtud está relacionado con un laborioso ejercicio de sincera introspección. Y matiza: «el conocimiento de los defectos propios pertenece a la humildad»[12], dejando claro que una de las actitudes más propias de la persona humilde es adentrarse en lo profundo de sí misma y reconocer tanto las fortalezas como las debilidades que posee.

La realización de esta tarea, desde una perspectiva teológica, debe partir de una premisa básica ofrecida por la Revelación: la conciencia personal de ser creatura dependiente del Creador. A partir de esta visión, el conocimiento de las propias debilidades y miserias nace de una actitud verdaderamente positiva y esperanzadora, y se aleja del juicio severo en el cual todo recuento de defectos podría convertirse. Obviando esta realidad, se cae fácilmente en una imagen derrotista de las propias cualidades y faltas, que pueden derivar en actitudes de victimismo, pesimismo, frustración o cinismo. Es el caso de quienes acometen esta labor movidos por una egocéntrica búsqueda de honores o reconocimiento, como puede suceder con sutil frecuencia en personas con un cierto cultivo de la vida espiritual que se dejan llevar por la vanagloria de ser consideradas muy avanzadas en el camino de la virtud.

---

9 Prevosti, "El autoconocimiento del yo según Santo Tomás", p. 381.

10 Cfr. Ídem.

11 Bermúdez, *La humildad en las obras de Santo Tomás*, p. 10.

12 *STh*. II-II, q. 161, a. 2, co.

Esa introspección basada en el saberse creatura es uno de los fundamentos de la obra del Aquinate[13]. Ante todo, el hombre humilde es consciente de que su relación con el Creador no es de servilismo sino de amor. Bajo esta mirada, lo que el soberbio afronta como sumisión humillante es considerado para el humilde como la respuesta más perfecta de amor de un hijo agradecido hacia su Padre y Bienhechor. La postura de creatura frente al Creador se traduce, para el hombre humilde, en una actitud positiva que favorece el crecimiento personal, ya que nada hay más verdadero que vivir en Verdad[14].

Pieper, a partir del estudio de la obra del Aquinate, recuerda que la humildad, «aplicada a la relación Dios-criatura, es la aceptación sin reservas de aquello que por divina voluntad es lo real»[15]. Consiste, así, en una aceptación serena de la propia realidad fruto del conocimiento honesto de sí mismo.

Podemos afirmar, pues, que la relación entre los conceptos autoconocimiento y humildad es muy estrecha. La virtud, tal como es definida por el Doctor Angélico, requiere un laborioso proceso de introspección basado en el conocimiento verdadero de uno mismo, que debe tomar en cuenta tanto las fortalezas como las debilidades del individuo. Todo ello, desde la experiencia de ser amado por el Dios Padre que nos ha hecho «a su imagen y semejanza»[16]. Asumiendo esta premisa, puede reconocerse en la humildad el fundamento del desarrollo psicológico positivo, ya que solo quien se ve a sí mismo con realismo es capaz de asentar sobre roca el edificio de las virtudes que llevan al perfeccionamiento del hombre.

2.2. Autoestima

El segundo concepto al cual puede remitirse la virtud de la humildad es el de autoestima. Esta noción hace referencia a la necesidad de aceptación de la propia realidad que sigue al conocimiento personal, tal como reza la máxima «conócete, acéptate, supérate». La autoestima, vinculada a ese «acéptate», resulta de capital importancia para que el sujeto alcance la moderación del deseo de la propia excelencia que es característica de la humildad.

La estima de sí ha sido definida por diversos autores. En particular, este concepto fue delimitado por Rosenberg quien, tras la elaboración de su Escala de Autoestima (EAR) en el año 1989, ofreció al mundo de la investigación en psicología uno de los instrumentos más utilizados en la práctica clínica para evaluar

[13] Cfr. Forment, *Id a Tomás. Principios fundamentales del pensamiento de Santo Tomás*, p. 43.

[14] Ídem.

[15] Pieper, *Las virtudes fundamentales*, p. 279.

[16] Gn. 1, 27.

dicho constructo[17]. Siguiendo a este autor, se entiende la autoestima como: «La actitud valorativa que una persona tiene hacía sí mismo, o el componente afectivo de la actitud hacia uno mismo, que puede ser básicamente de aprecio y respeto o de menosprecio y rechazo, favorable o desfavorable»[18]. Se trata, por tanto, del amor que el propio sujeto tiene hacia sí mismo. Esta visión personal de sí puede ser desglosada en dos aspectos: «uno cognitivo, que se refiere a los pensamientos sobre un determinado objeto, y otro afectivo, que determina la actitud positiva o negativa del individuo en relación con el objeto».[19]

El aspecto cognitivo queda relacionado, de alguna manera, con el ejercicio de introspección que se ha denominado conocimiento personal. El pensamiento sobre sí mismo constituye un elemento esencial del complejo concepto de autoestima, ofreciendo la base de realidad sobre la cual el sujeto siente un determinado sentimiento positivo o negativo. Después de conocerse, el hombre dirige su afecto hacia lo conocido, en este caso, sobre su propio modo de ser.

Sin embargo, a la hora de definir qué es la sana autoestima, nos encontramos ante la necesidad de incorporar al estudio de este constructo algunos matices éticos que resultan esenciales para comprender en profundidad su importancia.

En primer lugar, Fromm advierte del peligro de entender el amor a sí mismo como una realidad contraria al amor a los demás, vinculando de algún modo autoestima y egoísmo[20]. Pero solo el hombre que se ama correctamente es capaz de amar con equilibrio a los demás. La relación, pues, entre los términos autoestima y egoísmo es la siguiente: la incorrecta estima de sí permite el desarrollo de actitudes de egoísmo propiciadas por el desconocimiento real de uno mismo, mientras que la sana autoestima se convierte en trampolín hacia el amor generoso a los demás. Como dice Fromm: «si un individuo es capaz de amar productivamente, también se ama a sí mismo; si solo ama a los demás, no puede amar en absoluto»[21].

La persona egocéntrica, que sólo se ama a sí misma, es incapaz de amar a los demás. La actitud interior de estar completamente volcado en uno mismo impide que el individuo desarrolle su capacidad de darse al otro, lo cual repercute directamente en el crecimiento de su autoestima. Así, el egocentrismo, como apunta Álvarez, está en el trasfondo de muchos de los trastornos de personalidad, siendo

---

17 Vázquez, *Escala de autoestima de Rosenberg: fiabilidad y validez en población clínica española*, p. 248.

18 Ramos, *Autoestima y Trastornos de Personalidad: de lo lineal a lo complejo*, p. 123.

19 Bevilaqua et al., "*Estigma internalizado e autoestima: uma revisão sistemática da literatura*", p. 118. Traducción propia del texto en portugués: [*A formação da autoestima está relacionada a dois componentes: um cognitivo, que se refere aos pensamentos sobre determinado objeto, e outro afetivo, que determina a atitude positiva ou negativa do indivíduo em relação ao objeto* (Rosenberg, Schooler, Shoenbach, & Rosenberg, 1995).]

20 Fromm, *El arte de amar*, p. 63.

21 Í*dem*, p. 64.

esa actitud ética una de las causas de la instauración de rasgos de personalidad que acaban configurando una psicopatología.[22]

Es en la apertura al otro y, por tanto, en el amor, donde el hombre encuentra el camino de desarrollo más natural. Un amor dirigido tanto hacia sí mismo como hacia los demás, con el sano equilibrio que representa la virtud.

En segundo lugar, existe la posibilidad de confundir esa autoestima con una actitud infantil, nacida del desconocimiento de los propios defectos y virtudes, cuyo peligro puede ser tanto el minusvalorar la realidad como el magnificarla. En esta línea, Allers reconoce que «con mucha frecuencia la postura del desprecio y la condenación de sí mismo no es otra cosa que una forma de huida; una huida no tan sólo de esa lucha, sino también de otros cometidos que la vida impone»[23].

Ese desprecio hacia uno mismo, que en psicología podría considerarse como una incorrecta autoestima, está estrechamente ligado al concepto de "falsa humildad". Frente a la tentación de creer que la persona humilde es aquella que se valora negativamente, debe recordarse que dicha virtud consiste propiamente en un movimiento de moderación o, lo que es lo mismo, en el punto medio entre el desprecio y el engrandecimiento que supone vivir siendo consciente de la propia realidad. Por esa falsa humildad, la persona o bien se considera peor, o bien se considera mejor de lo que realmente es. Una actitud que tanto la psicología como la ética de las virtudes confluyen en considerar errónea. Allers no duda en apuntar a esa dosis de autoestima que necesariamente incluye la humildad:

> No sólo está permitida una cierta dosis de amor propio, sino incluso está ordenada; y ha de estimarse natural y lícito el deseo de ser estimado. No es una postura verdadera el no estimarse en nada. Lo que importa es hallar el justo medio entre el necesario aprecio de sí mismo y el exagerado amor propio, entre el lícito deseo de estima y la falsa vanidad.[24]

Desde la perspectiva integradora que tratamos de desarrollar en este estudio puede matizarse también que la humildad, en su vertiente psicológica relacionada con la sana autoestima, cobra mayor sentido enmarcada en el contexto trascendente que ofrece la teología.

Por una parte, la conciencia de ser conocido sin reservas, con todo lo bueno y todo lo malo que hay en uno mismo, y al mismo tiempo infinitamente amado, otorga una seguridad que permite afrontar la vida desde una óptica nueva y sanadora, que pasa por el desarrollo de una autoestima equilibrada.

---

22 Álvarez, *Increase of egocentricity as an index of psychopathology in personality disorders*, p. 135-150.

23 Allers, *Naturaleza y educación del carácter*, p. 201.

24 Ídem, p. 200.

No buscamos aquí, por tanto, que la persona se vea a sí misma como un ser defectuoso y malvado. Muy al contrario, hablamos de un sano realismo que dé al hombre la fuerza necesaria para sacar lo mejor de sí mismo[25].

La conciencia de ser imperfecto podría generar derrotismo y frustración. No obstante, el saberse creatura imperfecta posibilita el desarrollo de una confianza que va más allá de las meras capacidades personales; porque no es lo mismo reconocerse débil, que reconocerse débil y aun así infinitamente amado.

La actitud realista es parte esencial de lo que Santo Tomás denomina humildad, ya que ser humilde supone necesariamente saberse pecador: «Esto es precisamente lo que distingue al soberbio del humilde. [...] Los soberbios son ciegos porque les ciegan espiritualmente sus pecados [...], y, por lo mismo, no ven, no reconocen sus pecados. El humilde, en cambio, los ve y los reconoce».[26]

El soberbio, en consecuencia, puede definirse como el hombre que con cierta voluntariedad se desconoce. Este desconocimiento puede darse bien por defecto, bien por exceso. Por defecto, cuando se considera peor de lo que en realidad es; por exceso, cuando se cree mejor de lo que es. Ambos extremos y sus variantes intermedios pueden conducir a ese deseo desordenado de excelencia que el Aquinate define como vicio. Y es que, como afirma Sellés, uno de los frutos de la soberbia es esa "ceguera de la mente" que encierra al hombre en sus propios pensamientos y le impide ver la realidad tal cual es[27].

Afirmamos, de este modo, que el «adecuado conocimiento que alguien tiene de sí»[28] es elemento *sine qua non* toda intervención psicológica resulta infértil, porque solo partiendo de la verdad se puede tener la seguridad de cimentar sobre roca el crecimiento personal. Conocer lo positivo y lo negativo de uno mismo es el inicio del camino que lleva a la madurez, ya que permite la correcta estima de uno mismo que es necesaria para construir una psicología equilibrada. Es en esta autoestima donde el hombre encuentra el mejor resorte interior para abrirse a los demás, pues el movimiento de apertura al otro revierte en beneficio del propio desarrollo personal.

El psicólogo, en este trayecto, debe ser capaz de identificar las manifestaciones de una estima desordenada de sí para no comulgar con las falsedades de sus pacientes y ordenarles hacia la verdad. Solo de este modo, el sujeto experimentará un crecimiento real y duradero.

3. CONCLUSIÓN

A modo de conclusión, se puede decir que la humildad no consiste en el desarrollo de una baja autoestima sino en un conocimiento personal realista realizado

25 Ídem.
26 Bermúdez, *La humildad en las obras de Santo Tomás*, p. 17.
27 Sellés, *La soberbia según Tomás de Aquino*, p.3.
28 Ídem, p.3.

desde la mirada del Dios amoroso que es Creador, mirada bajo la cual el individuo aprende a amarse a sí mismo como Dios le ama: con equilibrio.

Tampoco es humildad la actitud de autorreproche constante, que se trataría más bien de una falsa modestia y humildad. Ese tipo de autoinculpación es, de hecho, uno de los síntomas recurrentes en los trastornos del estado de ánimo, en los cuales se considera, por ejemplo, que los sentimientos de culpa excesivos pueden ser síntoma de depresión, según el criterio del DSM-V que dice: «sentimiento de inutilidad o culpabilidad excesiva o inapropiada (que puede ser delirante) casi todos los días».

No consiste esta virtud, por consiguiente, en un sentimiento de inferioridad anclado en la personalidad, que procede de un falso autoconcepto. Ni en su contrario: una autosuficiencia cuyo origen no es más que un incorrecto conocimiento personal que lleva a obviar la necesidad de Dios y de los demás que todo ser humano tiene[29].

La humildad es, ante todo, un modo de vincularse al Creador[30]. El hombre, consciente de su realidad de creatura dependiente de su Hacedor, aprende a amarse a sí mismo y a los demás al reconocer el Amor de Dios en el conocimiento de sus fortalezas y debilidades. Podría rezar el sujeto: si Dios me conoce y me ama tal cual soy, ¿cómo no amarme a mí mismo y amar a los demás?

En el acto de reconocimiento de su dependencia radical de Dios, el humilde encuentra el fundamento de la sana estima de sí que le permite ver el mundo con ojos nuevos. Si el Dios conocedor de todo es capaz de amarme en mi pequeñez, cómo no ser capaz de amar a ese Dios que reside en mí y que me ha creado. En esa virtud forjada desde la propia libertad, la persona encuentra un potente motor de cambio que le impulsa a la madurez de quien toma en sus manos las riendas de su vida y se somete voluntariamente a la realidad de lo que las cosas son[31].

La humildad consiste, por tanto, en un modo de ser interior que tiene su reflejo en el exterior, pero cuya principal actividad se da dentro del sujeto, partiendo de una decisión libre y voluntaria. Lejos de las interpretaciones que pudieran asimilar la humildad a una cierta relación de esclavitud, parece interesante destacar el carácter eminentemente libre de la misma, recordando que sin libertad es imposible desarrollar una virtud.

Por tanto, afirmamos que no existe crecimiento humano sin conocimiento personal, ni existe conocimiento personal verdadero que lleve a una pobre estima de sí. Consideramos también que no existe personalidad madura sin conocimiento personal y sana autoestima; y que ésta no puede desarrollarse sin una orientación hacia el bien como fin último de la persona.

---

29 Pieper, *Las virtudes fundamentales*…, p. 276.
30 Ídem, p. 279.
31 Ídem, p. 279.

Los fines de la psicoterapia, como declara Allport, deben estar orientados a este principio antropológico, ético y psicológico: ayudar al sujeto en su camino de madurez, aportándole herramientas para conocerse, aceptarse y superarse del mejor modo posible[32].

Aseveramos, por tanto, que la persona debe ser comprendida a la luz de la verdad y del amor, ya que solo de este modo es posible realizar el camino que lleva al perfeccionamiento del hombre. Esto es, a vivir plenamente como hombre.

BIBLIOGRAFÍA

Allport, G. (1986). *La personalidad. Su configuración y desarrollo*. 8ª Ed. Barcelona: Herder.

Álvarez, M. (2015). *Increase of egocentricity as an index of psychopathology in personality disorders*. Tesis Doctoral Internacional. Universidad Abat Oliba CEU: Barcelona.

Andereggen, I. (2005). "Santo Tomás, psicólogo". *Revista Electrónica E-aquinas*. Año 3, p. 24-36.

American Psychiatric Association. (2015). *Manual diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales V*. España: Médica Panamericana.

Bermúdez, J. (2003). *La humildad en las obras de Santo Tomás.* Tesis doctoral. Facultad de Teología de la Universidad de Navarra.

Bevilaqua, F., Correia, G., Gontijo, R., Santos, P., Mota, T. (2013). "Estigma internalizado e autoestima: uma revisão sistemática da literatura". *Revista Psicología: Teoría e Prática*, 15 (I), p. 116-129.

Concilio Vaticano II. (1965). *"Constitución Pastoral Gaudium et Spes* sobre la Iglesia en el mundo actual". Publicada el 7 de diciembre. Consultado en www.vatican.va el 3 de julio de 2015.

Echavarría, M. F. (2009). *La praxis de la psicología y sus niveles epistemológicos según Santo Tomás de Aquino*. Buenos Aires: UCALP.

Foment, E. (2005). *Id a Tomás. Principios fundamentales del pensamiento de Santo Tomás.* 2ª Ed. Pamplona: Fundación Gratis Date.

Fromm, E. (1959). *El arte de amar*. Barcelona: Paidós.

Maslow, A. (2003). El hombre autorrealizado. Hacia una psicología del Ser. Barcelona: Kairos. 15ª Ed.

32 Allport, *La personalidad. Su configuración y desarrollo*, p. 364.

Pérez, M. A. & Redondo, M. M. (2006). "Procesos de valoración y emoción: características, desarrollo, clasificación y estado actual". *Revista Electrónica de Motivación y Emoción. Vol. IX, núm. 22, p. 7.*

Pieper, J. (2007). *Las virtudes fundamentales*. 9ª Ed. Madrid: Rialp.

Prevosti, A. (2014). "El autoconocimiento del yo según Santo Tomás". *Revista Espíritu*. Vol.LXIII, núm. 148, p. 381-402.

Santo Tomás de Aquino. (1960). *Suma de Teología. Madrid: B.A.C.*

Santo Tomás de Aquino. (1999). *Il Male.* Milano: Rusconi.

Sellés, J. F. (2012). *La soberbia según Tomás de Aquino*. Facultad de Teología de la Universidad de Navarra. Consultado en http://encuentra.com/revista el 15 de julio de 2015.

Vásquez, A. J., Jiménez, R., Vásquez-Morejón, R. (2004). "Escala de autoestima de Rosenberg: fiabilidad y validez en población clínica española". *Apuntes de Psicología*, vol. 2, nº 2, p., 247-255.